

یاد رکھیں! ہر ماہ کا شمارائیں کے لئے جسے بچے ہو سکتے ہیں

قیمت فی شمارہ 45 روپے

امراض معدیہ اور پیرونگاری کے نجات خاص نمبر آپ کے ہاتھ میں

115
ماہنامہ
عبقری
لاہور
جنوری 2016ء
نمبر 1437
کمر بھری حساسی پر رویوں بخشنی اور روحانی مسائل کا حل

- سامان گھڑ پلاٹ فوری فروخت! خاص عمل
- نوکری چاہیے یا حلال دولت! یہ پڑھیں
- نوجوانوں کو لگے عشق کے روگ کا علاج
- وزن گھٹائیں! اپنی خوبصورتی بڑھائیں
- ایک بزرگ عالم کے زبردست عملیات
- عبقری روحانی اجتماع کے حسین مناظر
- اولاد کو جاہل اور منگتا چھوڑ کر نہ جائیے!
- کم تنخواہ سے پریشان لیں آزمودہ روحانی عمل
- میرے 30 سالہ تجربات و مشاہدات
- آخری سیلج پر پہنچا کینسر بالکل ٹھیک
- جادو، جنات، گھریلو پریشانیاں دور
- بلڈ پریشر کا آخری لا جواب علاج
- امتحان میں آسان پرچوں کیلئے
- شوگر کیلئے دعویٰ کا نسخہ مبارک



تاریکی کے دور میں ہمارے دل کے اندر نور کی کرنیں
ہمیں صاف سے دیکھنے دے رہی ہیں۔ اس کتاب کے
مذکورہ مضامین ہمارے دل کی گہرائیوں تک پہنچنے کی کوشش ہیں۔

- بدصوتی کو خوبصوتی میں بدلنے کا آزمودہ روحانی علاج
- شک، ڈیپریشن، ٹینشن کا آسان آزمودہ اور مجرب علاج
- موٹاپا معدیہ کی گیس، تیزابیت اور قبض کیلئے اکیس

گھر پر مشکلات، الجھنوں کے چھکارے اور ولایت
کے راز جاننے کیلئے حضرت حکیم صاحب دامت
برکاتہم کے تمام درس اعلیٰ کو اعلیٰ سمجھواری کارڈ میں
دفتر ماہنامہ عبقری میں دستیاب ہیں۔

معمولی ٹوکے کی دو خوراکیں
کھائیں! اسہال پیش بھگائیں

موبائل پر Ubqari

کو کہہ کر 40404 پر کلک کریں

لائسنس لوگ اس ویب سائٹ سے کسٹمر سروسز کے سلسلے میں استفادہ کرتے ہیں۔
facebook.com/ubqari twitter.com/ubqari www.ubqari.org

میںوں کتب اور سیکڑوں صفحہات میں سے دلچسپ اور لا جواب منتخب شدہ واقعات پر مشتمل کتاب "تخلّف با تین" بکھرے موتی انمول یادیں " کا شرف و مدعا حاصل کریں۔

صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر	عنوان
3	اولاد کو بائیں اور مٹکے چھو کر دہا ہے	26	شوگر قوت باہ اور اعصابی کمزوری کیلئے ٹھیک
4	خوش قسمت ہو جو توجہ خانہ میں ہو	27	مونٹا پکے فکرا فکرا کیلئے ٹھیک ترین نسخہ
5	امراض معدہ مونٹا پکے اور پیرونگاری سے نجات	28	قبض، اونچا احتیاط اور علاج
6	بے پروہ گار کیلئے کامیاب و آزمودہ عمل	29	اور کے ٹھکانے والے آل کے مریض کو چاہیے
7	کامیاب کاروبار کے ماحول میں شہرہ آفاق ماحول	30	صحت کا راز! پرہیز و احتیاط
8	روزگار امراض معدہ اور مونٹا پکے	31	معدہ کے امراض بڑی امیال کا خاص نسخہ
9	میرے 30 سالہ تجربات و مشاہدات	32	گھر باگن میں کھانے کے لیے امیال کا خاص نسخہ
10	رزق بارش کی طرح برے	33	امیال اور کامیاب عمل کا راز! مریض کیلئے
11	لوگری چاہیے یا حلال دولت! یہ دیکھیں!	34	میری نہیں کیسے ٹھیک
12	دل کی شریانیں کھولنے کا آزمودہ نسخہ	35	ایک بزرگ عالم کے زبردست عملیات
13	نہیں رزق کے دروازے کھلوائیں	36	میری زندگی کے روحانی دینی اہم کم
14	کی رزق کا آزمودہ علاج	38	امراض زہانہ کیلئے مفید نسخہ
15	آمدن بڑھانے کا آزمودہ نسخہ! آگاہی کیلئے	40	راجہ آغا خیر خاں خاں کے اعمال کیلئے
16	مونٹا پکے اور متوازن غذا	41	جنت کا پتہ! دوسرے (سلسلہ وار)
18	معدے کی تیز آہستہ	43	آپ کا سوال! حضرت علامہ لاہوری کا جواب
20	مونٹا پکے کھانے کا آسان طریقہ	45	دعوت خیر کی برکات
21	کیا آپ کو اپنا جسم پسند ہے؟	45	حراقہ سے علاج
22	وزن کمائیں! اپنی خوبصورتی بڑھائیں	46	مونٹا پکے اور معدہ کے بڑے مریض کو چاہیے
22	فاسٹ فوڈ، ٹیلی ویژن اور چکن میں مونٹا پکے	47	عقربا رومانی اجتماع کے مریض کیلئے
24	بڑے ماہی مال کے آزمودہ نسخہ! تجربات و مشاہدات	48	گندہ چیز فرواد اور مریض پانے کا کھانا
24	دس دن میں چہرے کی چھائیاں ختم	49	عقربا رومانی کتب اور بات آپ کے شہر میں
25	بڑھاپہ اور معدے کی تمام بیماریاں ختم		

ایڈیٹر کا مضمون نگار مستحق ہونا ضروری نہیں

پیشہ ورانہ مشورہ

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں!
کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں! رسائل، ڈائجسٹ، میگزین وغیرہ۔ آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ بنیں۔ مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں! ایڈیٹر عبقری کو ہدیہ کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہوگی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک، ٹرین یا ڈاک خانہ کے ذریعے دفتر مابینامہ عبقری چیزیں بھیج دیں۔ ٹکریہ! نوٹ: درستی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

خط و کتابت کا پتہ: ”عبقری“ عالمی مرکز روحانیت وامن 78/3
عبقری اسٹریٹ نزد قریب مسجد مزنگ چوکی لاہور (عبقری دفتر اتوار کو بند ہوتا ہے)

عَبْقَرِي حَسَنٌ لِّمَا نَى الْآءِ وَبِكَمَا تَكْدِبُنِ ۝ الْقُرْآنِ
حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ جوہری عبقری مجدد ملت جناب حکیم محمد رمضان چغتائی
حضرت مولانا محمد حکیم صدیقی مدظلہ (بھارت) حضرت علامہ لاہوری پر اسرار رحمۃ اللہ علیہ

شمارہ نمبر 6 جلد نمبر 10 جنوری 2016ء 1437ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ
عبقری
جنوری 2016ء
لاہور

ایڈیٹر: شیخ الاسلام جعفر حکیم محمد طارق محمد مجتبیٰ چغتائی (پاکستان)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، محمد محسن انصاری امیال محمد طارق امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 45 روپے سالانہ ممبر شہر 900 روپے بیرون ملک سالانہ 63 امریکی ڈالر

تحفظ نظریہ پاکستان عبقری اکیڈمی

فرمان قاسم اعظم مدظلہ جنت رحمۃ اللہ علیہ: نوزائیدہ مملکت کی حیثیت میں، پاکستان دنیا کیلئے خیر گاہی کا شہر ہے۔ اس کی عوام نے اپنی نئی آزادی کو برقرار رکھنے کے لیے دل و جان سے کام کرنے کا عزم کر رکھا ہے۔ اس عظیم کام کی تکمیل کے دوران یہاں کے لوگ دنیائی دوسری مملکتوں پر غلوں تعاون اور امداد، بالخصوص اس جنگی حالت میں خاص طور پر گہرا خیال رکھیں گے۔ (سفیر افغانستان کی تقریر پریڈیت 8 مئی 1948)

تقدیر قاضی کا ہے یہ فوٹی ازل سے ہے جرم ضعیفی کی سزا مرگ مفاہات
دلیل صبح روشن ہے ستاروں کی شک تابانی افق سے آفتاب ابھرا گیا دو درگراں خوانی
(ڈاکٹر محمد علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ)

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد
عبقری جہاں رومانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دینی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی احیاء مٹا رہے ہیں۔ جو تھے فریجیڑی عسائیاں اپنی دکانوں، صدقات، عطیات اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے بلکہ پتہ چلے یہ مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر پہنچیں۔ پتہ: لاہور 1534/10/S/L/6237/RP

عبقری ٹرسٹ کے سامان میں خیانت

قارئین! اپنی نقدی سامان صرف دفتر مابینامہ عبقری میں پہنچائیں، کسی مقامی ایجنسی کو نہ دیں۔ سامان نقدی اکثر دفتر مابینامہ عبقری لاہور نہیں پہنچ پاتا۔ عبقری ٹرسٹ کے سامان میں خیانت کی، بہت شکایات آ رہی ہیں۔

محمد طارق محمود چغتائی، محمد محسن انصاری، محمد طارق امتیاز حیدر اعوان

زنگ چوکی قریب مسجد مزنگ چوکی لاہور (عبقری دفتر اتوار کو بند ہوتا ہے)

وانت درود کا آزمودہ روحانی علاج: دو رکعت نفل پڑھ کر حضرت اویس قرنی رحمۃ اللہ علیہ کو یہ کہنے سے وانت در نہیں ہوتا۔ یہ ہمارا آزمایا ہوا وظیفہ ہے۔ (ن۔ ر)

روز کی ملاقاتیں، خطوط میرے سامنے کیسے دیکھی دیکھی اچھے رویے لہجے اور چہرے دیکھنے کو ملتے ہیں خاص طور پر دو لوگ جن میں ایسے لوگ بھی ہیں جو جوانی کی ولیمز پارکر چپے تھے یا ابھی جوان ہیں جب ان کے حالات سننا ہوں تو دل کڑھتا ہے اور احساس ہوتا ہے کہ جب میاں بیوی دونوں کمانے پر لگ جائیں اور نسلوں کیلئے وقت نہ ہو تو اس وقت نسلوں کا کیا بنتا ہے؟ یا پھر بیوی گھرواری میں میاں کا ساتھ دے اور میاں اپنی مصروف زندگی چاہے وہ سیاسی، ہونڈی بی ہو یا کاروباری ہو جس نوعیت کی بھی ہو اپنے گھر اور نسلوں کیلئے وقت نہ دے سکے اس وقت نسلوں کا کیا بنے گا اور وہ کن لہجوں

ایڈیٹر کے قلم سے

جو میں نے دیکھا
سنا اور سوچا

اولاد کو جاہل اور منگتا چھوڑ کر بنائے!



اور یوں کے ساتھ زندگی کے دن رات طے کرتے ہیں؟ اس کا کچھ ٹکس ایک خط کی شکل میں آیا، آپ کی خدمت میں پیش کرتا ہوں۔ یاد رکھیں! ابتدا کے پانچ سال نہایت اہم ہوتے ہیں بچہ کی میموری میں جو چیز دفن ہوتی ہے، پھر اس کی تعمیر اور ترقی ہمیشہ سدا بہار رہے گی مجھے ایک تھانیدار نے کام کی بات کہی۔ کہنے لگا: سپریم کورٹ تک فیصلے تھانے کی ایف آئی آر پر ہی ہوتے ہیں ایف آئی آر ٹھیک کئی تو فیصلے بھی ٹھیک ایف آئی آر حوالہ کی تو فیصلے بھی غلط! اسل بیادایف آئی آر ہوتی ہے۔ ایسے ایسے جوان نیم پائل انفرمیشن کے مارے ہوئے ملتے ہیں کہ جو حقوق سے بے زار و نواز باللہ خالق سے بے زار معاشرہ میں رہتے ہوئے بھی اپنے اندر معاشرہ کیلئے نفرت بھرے جذبات حتیٰ کہ ماں باپ، بہن بھائیوں کیلئے بھی منفی جذبات رکھتے ہیں۔ معلوم ہوا شروع سے اولاد کی تعمیر و تربیت اور ترقی کیلئے وقت نہیں نکالا گیا۔ آپ پوری کوشش پوری محنت کر لیں باقی ان کی قسمت اور تقدیر جو وقت اولاد کیلئے ہوتا ہے وہ موبائل انٹرنیٹ، خبریں اور جبریل کیلئے وقف ہوتا ہے۔ اور اولاد کو موبائل انٹرنیٹ اور کارٹونوں کے حوالے کر دیا جاتا ہے اس کے بعد کیا ہوتا ہے ایک جوان کے جذبات آپ خود ملاحظہ کریں۔ 11۔ میں شاید بچپن ہی سے منحوس اور بے برکت تھا۔ 2۔ میں نے غیر فطری زندگی گزاری۔ 3۔ میں نے بچپن سے شوخی کو ترسایا اور غشی نے مجھے ترسایا۔ 4۔ مجھ سے کوئی اعمال اور نیکی نہیں ہو پارہی تھی۔ 5۔ مجھے خود غبر نہیں کہ میرا مزاج اور میری طبیعت کیا ہے۔ 6۔ سارے لوگ یعنی خاندان والدین رشتہ دار دوست احباب سب سے تعلق ختم ہو چکا ہے اور میں سب سے الگ رہتا ہوں۔ 7۔ میں پہلے ہی دن سے ختم کیوں نہ ہو گیا اور مجھے خود غبر نہیں کہ میں زندہ کیوں ہوں؟ 8۔ ہر انسان مجھ سے نفرت کرتا ہے یا حقارت رکھتا ہے اور کسی دل میں سوچتا ہوں کہ شاید میں ان کو حقارت اور نفرت کی نظر سے دیکھتا ہوں۔ 9۔ کیا یہ میرے مسائل پیدا کنی ہیں یا مجھ پر چادو ہے؟ سوچتی ہیں یا نظر بد ہے۔ 10۔ بیٹا بھی میری طرح بچپن سے میرے نقش قدم پر چل رہا ہے غصے سے آگ بگولہ ہو جاتا ہے عام بچوں کی طرح گھٹانا مٹا نہیں ہے۔ 11۔ میں بھی بروقت تنبیہ و مزاح، کھو یا کھو یا، بھجا بھجا اور ہر کسی کے بارے میں بدگمانی اور ہر کسی کیلئے منفی سوچ رکھتا ہوں۔ 12۔ بائیں ٹانگ میں آکڑن اور کھپاؤ آنکھوں کی حرکت بول چال غیر فطری ہے۔ 13۔ معاشی بد حالی اور تنگ دستی کا شکار ہوں۔ 14۔ جسمانی، اعصابی، ذہنی اور خاص کمزوری کا شکار ہوں۔ 15۔ میرے بیٹے کو آدمی آدھی رات تک نیند نہیں آتی۔ 16۔ مجھے والدین سے سخت ترین نفرت ہے۔ 17۔ دن میں ہزار بار یہ بتاتا ہوں: ہزار بار مرتا ہوں۔ 18۔ زندگی ہم سے تیرے نازا تھا نے نہ گئے سانس لینے کی فضا، دم آکر رہی ہے۔ 19۔ زندگی جبر مسلسل کی طرح کاٹی ہے جانے کس جرم پائی ہے سزا یاد نہیں۔ 20۔ بچپن سے انتہائے خوف میں مبتلا ہوں روزگار کے سلسلے میں باہر گیا لیکن پھر واپس آ گیا۔ 21۔ کئی جگہ ملازمت کی ہر جگہ ناکامی پریشانی۔ 22۔ موت میرے لیے چندیدہ ہے مگر بچوں کی طرف دیکھتا ہوں تو خوف بڑھ جاتا ہے۔ 23۔ میرے بچوں کے دادا دادی، نانا نانی، ماموں چچا کوئی بھی نہیں ہے (یعنی میں بھی تو میرے کام کے نہیں) پہل میں تو اٹھل میں ماش میں گرمت ہوں۔ 24۔ ایک ماہر نفسیات نے بتایا کہ تمہارے دماغ میں ٹیکہ لگی کی ہے اس لیے آٹھ گھنٹے سے کم نہ سونا۔ 25۔ نماز تہجد اور فجر بے حد پسند ہے مگر مجبور ہوں۔ 26۔ نماز کو کراؤ کراؤ کا راور وظائف میں بڑا مزہ آتا ہے پر نہیں سکتا۔ 27۔ خوراک بجز بدن نہیں مٹتی یا تھم پاؤں کا پتے ہیں۔ 28۔ میرا ذہن میرے کنٹرول میں نہیں لگتا ہے وہ ریوٹ کنٹرول کسی اور کے ہاتھ میں ہے۔ 29۔ باپوسی، سستی، پریشانی، غصہ، بڑبڑاہن، دل زور زور سے دھونکا۔ 30۔ موسم بدلنے سے میری حالت بدتر ہو جاتی ہے۔ دسمبر، جنوری، جولائی اگست میرے لیے شدید ترین اور بدترین موسم ہیں۔ ان مہینوں میں میری حالت غیر ہو جاتی ہے۔ 31۔ جب بھی والدین، بہن بھائیوں کی اذیتیں اور بدزبانی یاد آتی ہے تو دل چاہتا ہے کہ ان کا خون پی جاؤں کیونکہ مجھے دنیا میں سب سے زیادہ نفرت اپنے والدین اور بہن بھائیوں سے ہے۔ اس نفرت نے مجھے انتہا پسند بنادیا ہے۔ 32۔ مجھے پیدا کنی یا کچھ نامعلوم نفسیاتی اور ذہنی بیماریاں ہیں لوگ مجھے پھانسی کھٹے مگر میں خود اپنے آپ کو پاگل سمجھتا ہوں۔ 33۔ تقریباً پندرہ سال سے میں نے آئینہ میں اپنا چہرہ نہیں دیکھا۔ میں خود کو بہت بد صورت سمجھتا ہوں۔ 34۔ کوئی بھی کام بس تھوڑے دن کرتا ہوں پھر چھوٹ جاتا ہے اور مسلسل بے چین رہتا ہوں۔ 35۔ مجھے دو دن یا وہ جب والدہ چھوڑ کر اپنی جاب پر اور والد چھوڑ کر اپنی جاب پر چلے جاتے تھے میں چھوٹا تھا میں ان کے پاؤں کا پانچھ پکڑ لیتا تھا کہ مجھے بھی ساتھ لے جائیں پھر نوکرائی کے حوالے کر کے مجھے وہ چلے جاتے تھے پھر نوکرائی کے ساتھ تو رہتا تھا پر سارا دن اپنی والدہ اور والد کے انتظار میں رہتا۔ وہ آتے تو ان کے منہ سے ایک بول سنا کہ ہم تھکے ہوئے ہیں اور وہ ہمیں کسی طرح سمیٹ کر ملانے کی کوشش کرتے پھر میں بظاہر تو سو جاتا لیکن میرا دماغ گناہ کرتا تھا مجھے والدین کے کلمات ابھی تک یاد ہیں اور وہ میرے دل پر نقش ہو گئے ہیں کیونکہ وہ دیکھتے تھے کہ شاید بچے سو گئے ہیں اور انہی کلمات نے مجھے گناہوں پر مجبور کیا۔ میں والدین کو کبھی معاف نہیں کروں گا جو وقت مجھے دینے کا تھا وہ وقت انہوں نے کمائی پر لگا دیا اب وہ کہتے ہیں کہ ہماری خدمت کر، ہم سے پیار کر، ہم رہنا زور ہو گئے ہیں میرا دل نہیں کرتا کہ میں اپنے والدین کو دیکھوں حالانکہ مجھے علم ہے کہ والدین کو دیکھنا بہت بڑی نیکی ہے ان کی خدمت کرنا بہت بڑے اجر کا کام ہے پر میں اپنی طبیعت سے بے بس ہوں۔ مجھے بچپن کے کلمات یاد آتے ہیں ان کلمات کو کیسے کھرچ دوں اس جدائی کو جس وقت مجھے ماں کی آغوش چاہیے تھی مجھے ماں کا پیار چاہیے تھا اس جدائی کو میں کیسے برداشت کر کے بھول جاؤں؟ "قارئین! ایسا لکھا ہوا خط ہے ربط جملے بے ترتیب کے گفتگو میں نے شائع کر دیا۔ قارئین! مجھے آپ کا ساتھ چاہیے میں اس خط کا کیا جواب دوں؟ میرا جواب صرف یہی ہے کہ اے چالیس سال کے ویران باپ جس کی یادیں میں نے اپنے عبقری میں چھپائی ہیں مجھے تجھ سے گھٹ نہیں حیرے والدین سے گلہ ہے کہ تیرے والدین نے تیرا ساتھ نہ دیا یاں بھی کمانے میں لگ گئی اور باپ بھی کمانے میں لگ گیا اور ماں باپ دونوں مصروف ہو گئے اور لا وارث اولاد وغیرہ کی تربیت کے جوان ہوئی چلی گئی۔ اکثر ایسا بھی ہے آپ جاب کرتا ہے یا کاروبار اپنے دوستوں، خبروں، چینل، موبائل اور بیٹ میں اتنے مصروف کہ اولاد کی سنی اور اپنی سانی اور لگا کر اخلاق کو کردار اور تہمتوں پر نظر رکھنے کی فرصت ہی نہیں۔

مصیبت زدوں سے بدتر حال: رحم دل انسان جب مصیبت زدگان کی مصیبت کو درد نہیں کر سکتا تو اس کا حال مصیبت زدوں سے بدتر ہو جاتا ہے۔

لے کر بندوں کو تو لیتے ہیں۔ ظاہری پتلاؤں کے ساتھ انسانوں کی پرکھ کر لیتے ہیں۔

اس کا نمبر بولتا ہے: ایک صاحب سے میں نے کہا: ”ملک میں نے تمہیں فون کیا تم تو فون اٹھاتے ہی نہیں۔ ساتھ ایک اور صاحب کھڑے تھے وہ کہنے لگے اصل میں اس کو آپ کے نمبر کا پتہ نہیں تھا۔ میں نے کہا کیا جب یہ فون کرتا ہے تو تم اٹھا لیتے ہو؟ اس نے کہا کہ اس کا تو نمبر بولتا ہے۔ یقین مانجئے یہ لفظ میرے اندر اتر گئے کہ ”اس کا نمبر بولتا ہے“ کیوں کہ اس سے محبت تھی، اس سے شناسائی تھی، اس سے تعلق زیادہ تھا، اس کا نمبر Known تھا، اگرچہ کالیں زیادہ آئیں لیکن اس کا نمبر واقفیت رکھتا ہے۔ اس کا نمبر شناسائی رکھتا ہے۔ آپ کی فریاد تیز رفتار سسٹم سے پہنچادی جاتی ہے: ہم اکثر کالیں بھیجتے ہیں نہیں کبھی کبھی کوئی کال کردی۔ فرشتے بھی بچپارے ان کے بھی ڈیجیٹل بے چوڑے آپکچھ ہیں۔ گھر بول اور بول کے فرشتے بھول تو نہیں سکتے۔ دیے میں اپنی طرف سے کہہ رہا ہوں کہ فرشتے بھی کہتے ہو گئے ہیں کہ پتہ نہیں کہاں سے کوئی کال آئی ہے۔ فی الحال رجسٹر میں ڈال دو۔ Pending میں ڈال دو۔ اب وہ Pending نہیں سن رہے۔ کال آگئی اپوں چند لمحوں میں انہوں نے مس کال دی۔ مس کال فوراً کال بیک ہوئی اور کیسے ہوئی؟ (جاری ہے)

درس سے فیض پانے والے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! عبقری سے میرا تعلق پچھلے تین سال سے ہے۔ مجھے میری ہمسائی ایک دفعہ درس میں لے کر آئی اور پھر میں نے ہر ماہ عبقری لے کر پڑھنا شروع کر دیا اور اس طرح عبقری سے میرا تعلق مضبوط سے مضبوط ہوتا گیا۔ میں آپ کا درس روحانیت و امن بر جمعرات ضرور سنتی ہوں۔ کبھی تسبیح خانہ حاضر نہ ہو سکوں تو انٹرنیٹ پر لائو ضرور سنتی ہوں۔ درس سننے کی بدولت ہمارے گھر کے حالات بہت بدل رہے ہیں گھر میں سکون آتا جا رہا ہے بلا وجہ کے لڑائی جھگڑے ختم ہو رہے ہیں معاشی بھڑی آ رہی ہے۔ ابھی جو حال ہی میں مجھے درس کا قادمہ ہوا وہ یہ کہ میرے چہرے پر شدید ترین الرہی ہوئی میرا چہرہ سرخ ہو گیا میں بہت زیادہ پریشان ہوئی۔ میں نے رات سونے سے پہلے آپ کا درس سنا جس (باقی صفحہ نمبر 48 پر)



پر اتر رہی ہیں۔ جب انہوں نے یہ بات کہی تو مولانا ظہور احمد رحمۃ اللہ علیہ صاحب بڑے اللہ والے گز رہے ہیں ان کے ایک خادم منیر احمد بہت مزاحیہ تھے ایک دن منیر احمد اپنے پیر سے کہنے لگے آپ کے اسے امیر امیر مرید ہیں کسی کو کہہ کر مجھے جگ تو کروادیں۔ مولانا ظہور احمد بھگولی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ اگر تو آئندہ سے مذاق کرنا چھوڑ دے تو میں بات کرتا ہوں۔ حتیٰ کہ یہ بات اسناپ پیپر پر لکھی گئی۔ اب حضرت رحمۃ اللہ علیہ نے ایک مرید کو جگ کا کہہ دیا انہوں نے سعادت سمجھی کہ ہمارے مرشد کا حکم ہے اس لیے انہوں نے جگ کا انکشاف کیا۔ اس وقت جگ کیلئے مکہ بخری جہاز سے جانا ہوتا تھا۔ حضرت کیساتھ دو تین خدام اور بھی تھے، منیر احمد بھی حضرت کے ساتھ تھے، اب جگ کیلئے گئے جگ کیا، مطلق کرایا، مطلق سرمنڈوا لے کو کہتے ہیں اس کے بعد احرام کھولا احرام کھول کر پھر طواف زیارت کرنے گئے، رہی کی۔

ہن رب نال گلاں کرن دے: واپسی میں (اس وقت فرانسپورٹ نہ ہونے کی وجہ سے گدھوں اور ٹھروں پر سفر کرتے تھے) جب منیر احمد گدھے پر سوار ہوا تو کہنے لگا ”مولا ظہور احمد! ہن رب نال گلاں کرن دے“ مولانا ظہور احمد رحمۃ اللہ علیہ کہنے لگے: ”تو پھر مذاق کر رہا ہے؟“ منیر احمد کہنے لگا: ناں! ناں! پھر اللہ سے کہنے لگا یا اللہ! اساڈے جھنگ واک رواج اے جڑھا جھواڈا خبیث ہوندا اے“ جتنا بڑا بھرم ہوتا ہے جتنا بڑا چور ہوتا ہے اتنا اس کا منہ کالا کر کے گدھے پر بٹھا دیتے ہیں اور سر موڑ دیتے ہیں۔ ”اللہ پاک سر دے وال دی گئے تے گھوتے آتے وی بہہ گیا، تے مڑو ہن بخشش نہ ہوئی تے گل نہ بنی۔“ مولانا ظہور احمد رحمۃ اللہ علیہ کہنے لگے ”تو مڑو بکواساں شروع کر دیتاں نے“ منیر احمد کہنے لگا: ناں! ناں! ظہور احمد! ہن رب نال گلاں کرن دے“ ہنس اب یہ باتیں ہو رہی تھیں ایک صاحب کمال درویش، وقت کے ابدال وہاں سے گزر رہے تھے کیونکہ جتنی بھی باکمال ہشتیاں ہوتی ہیں جگ پر یکدم میں ضرور ہوتی ہیں۔ وہ وہاں سے گزرنے لگے تو کہنے لگے ”بھئی کیا کر رہے ہو؟ اس کو باتیں کرنے سے نہ روکو۔ میں دیکھ رہا ہوں کہ جس کیفیت کے ساتھ یہ رب سے باتیں کر رہا ہے اور رب کی رحمتیں اس

دل کے آئینے میں ہے تصویر یار
جب ذرا گردن جھکانی دیکھی
یاد کی تصویر میں ایسے مستغرق کہ اگر اس کے ٹکڑے بھی کر دو
تو بھی پتہ نہیں چلے گا۔ اغلاص قلبی، وقفہ قلبی اللہ کی ذات
کیساتھ پھر اسی وقت مجھے یہ شعر یاد آیا۔
دنیا کے مشغلوں میں ہم باخدا رہے
سب کے ساتھ رہ کر بھی سب سے جدا رہے

ہمیں علم نہیں ہے کہ یہ اللہ کا بندہ دنیا کے کاموں میں مشغول پھرتا ہے۔ اس کا رب کی ذات کے ساتھ کتنا تعلق ہے۔ ہم ظاہر کے دیوانے ہیں، ہم ظاہری پتلاؤں کے

دو خوراکیں اور پینشن ختم: پینشن میں مفید پیاز کا سفوف لیں اور آدھ پاؤڈی میں چھ ماشلا کر کھلائیں اور ایک گھنٹہ بعد دوسری خوراک دیں۔ صرف دو خوراکیں کافی ہیں۔ دو گھنٹے بعد ایک صحت آئے گا اور پینشن ختم ہو جائے گی۔

امراض معدہ، مریضوں کی زندگی سے نجات

آج کی دنیا کا سب سے بڑا چیلنج ذریعہ معاش! قارئین عجمی اسلام علیکم! میں کافی عرصہ سے عجمی کا قاری ہوں اور حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کو مبارکباد پیش کرتا ہوں جن کی کادشوں سے ہزاروں لاکھوں لوگ مستفید ہو رہے ہیں اور اپنی آخرت سنوار رہے ہیں۔ اللہ پاک ان کے علم و عمل اور عمر میں برکت عطا فرمائے اور اسی طرح دینی انسانیت کی خدمت اور فیض دوسروں تک پہنچانے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین آج کی دنیا کا سب سے بڑا چیلنج ذریعہ معاش! نفسانسی کا دور ہے تیزی سے بڑھتی ہوئی مہنگائی، قلت معاش اور ضروریات زندگی نے انسان کو اس قدر پریشان و مصروف کر دیا ہے کہ وہ عدم تحفظ کا شکار ہے۔ گھریلو مسائل میں الجھا ہوا ہے۔ صبر و شکر کا دامن ہاتھ سے چھٹا جا رہا ہے اور سکون قلب میسر نہیں۔ ان تمام الجھنوں سے نکلنے کا واحد راستہ صرف اور صرف اللہ کی ذات ہے اور ان تمام مسائل کو حل کرنے کیلئے قرآن حکیم فرقان حید جیسی عظیم نعمت عطا کی گئی۔ یہ وہ عظیم کتاب ہے جو انسانوں کیلئے سرچشمہ ہدایت ہے رحمت سرمایہ حیات رہبر زندگی اور فلاح و بہبود کیلئے خدا کا عظیم ترین جہ ہے۔ یہ وہ مقدس کتاب ہے جو انسان سے ہم کام ہوتی ہے اسی لیے اس کو قرآن کہا گیا ہے۔ ارشاد خداوندی ہے ”میں مضطرب کی دعا قبول کرتا ہوں جب وہ مایوس ہو جاتا ہے“ تو دعا ہی اسے مایوسی سے نکال کر ایک نئے عزم و حوصلے امیہ اور سکون سے ہم کنار کرتی ہے۔ دعا رہ خالق و مخلوق کا بہترین ذریعہ ہے۔ اللہ پاک ہم سب کو قرآن سمجھنے کی توفیق عطا فرمائے۔ (آمین) اور سمجھنے کے بعد اس پر عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ اسی مضمون کے توسط سے قرآن مجید سے بچنے گئے تحائف قارئین عجمی کی نذر کرنا چاہتا ہوں جو درج ذیل ہیں:- جو شخص کم روزی، کم اسباب اور کم وسائل رکھتا ہو اور رزق میں بہتری اور اضافہ چاہتا ہو تو درج ذیل آیت کو روزانہ فجر کی نماز کے بعد گیارہ مرتبہ پڑھ لیا کرے اور دعا مانگ لیا کرے انشاء اللہ جلد ہی معاشی حالت بہتر ہو جائے گی۔ اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلَى رِزْقِ لَيْثَانَ وَيَسَّاءَ وَبَنِي وَبَنِي وَ

يَعْقِدُ لَهُ اِنَّ اللّٰهَ يَكْفِيْ شَيْءًا عَلِيْمًا (العنکبوت ۱۰) (ترجمہ: کوٹ اود)

دست غیب کا ایک قرآنی حرب عمل

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے کرپانی کی دکان بنانے ہوئے دس سال ہو گئے۔ چھوٹی سی دکان تھی کاروبار زیادہ نہ تھا۔ کبھی خریدار نہیں اگر گا کہ آپ آئیں تو سامان نہیں۔ بس بچوں کی گولی ثانی تک کام محدود ہو کر رہ گیا تھا۔ میرا ایک عزیز ملک سے باہر تھا مجھے ملا میرا کام دیکھا کہنے لگا کام بہتر کرنے کیلئے میں جنہیں پیسے دوں گا کام بہتر کر لیتا جب ہوں گے واپس کر دینا میں مانگوں گا نہیں۔ اس نے کہہ تو دیا لیکن پیسے نہیں دیئے۔ میں نے درج ذیل سورۃ فاتحہ کا عمل شروع کر دیا۔ پہلے مہینے کچھ نہ ہوا دوسرے ماہ عمل شروع کیا تو وہ عزیز آیا اور مجھے ایک لاکھ روپے دیئے اور کہا کہ اپنا کاروبار چمک کر لو۔ دکان سامان سے بھر گئی اور کاروبار بھی بہت بہتر ہو گیا اور گھر میں خوشحالی بھی آگئی۔ کچھ عرصہ بعد اس کا ادھار بھی واپس کر دیا۔ اب میری خواہش تھی کہ سوزو کی پک اپ خرید لوں۔ مزید عمل جاری رکھا گاڑی پونے پانچ لاکھ کی تھی کچھ عرصہ بعد میرے پاس پانچ لاکھ جمع ہو گئے اللہ نے گاڑی بھی دے دی۔ عمرہ کی شدید خواہش تھی عمل مزید جاری رکھا اللہ نے عمرہ بھی کروا دیا۔ الحمد للہ! عمل درج ہے: جمعرات کی رات سوئے وقت 70 بار سورۃ فاتحہ مع بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ پڑھیں اور آخر سات بار درود شریف ابراہیمی پڑھیں اپنے مقصد کا خوب تصور رکھیں۔ دوسرے دن اسی وقت 60 بار پڑھیں۔ بس روزانہ ایسے ہی دس مرتبہ کم کرتے جائیں آخر کار بدھ کو دس مرتبہ پڑھیں۔ ہر بار اپنے مقصد کا تصور توجہ دھیان اور گریہ و زاری کریں۔ جمعرات کو پھر نیابتاً اور ساقبتاً ترتیب کے ساتھ ستر مرتبہ یہ عمل کریں اور روزانہ اسی طرح دس مرتبہ کم کرتے جائیں۔ یہ عمل سات چودہ یا اکیس ہفتے کریں۔ زندگی کا معمول بنالیں تو بھی اجازت ہے۔

سامان، گھریلو ذریعہ فروخت! غاص عمل

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ پاک آپ کو اپنی حفاظت میں رکھے۔ میں آپ کو اپنا ایک مشاہدہ لکھ رہا

ہوں جو آپ عجمی میں چھاپ دیں۔ ایک مرتبہ میں نے نیٹ پر پڑھا تھا کہ سامان وغیرہ کی فروخت کیلئے سورۃ یوسف کی آیت نمبر 80 پڑھیں تو اثناء اللہ وہ چھ فروخت ہو جائے گی۔ میرے دو عدد پلاٹ بچھنے کئی سالوں سے باوجود کوشش کے نہیں بک رہے تھے میں نے صحت پالا آیت سارا دن خوب پڑھنا شروع کر دی۔ چھ دنوں کے بعد حیران کن طور پر میرے دونوں پلاٹ فروخت ہو گئے۔ یہی عمل ان دو کداحضرات کیلئے بھی ہے جن کا سامان نہیں بک رہا دکان پر بیٹھ کر یہ آیت مسلسل بار بار پڑھیں انشاء اللہ حیران کن طور پر بکری میں خوب اضافہ ہوگا۔ (محمد ارشاد ابراہیم سکھر)

میری کامیابی کا راز صرف عجمی

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! خدا کرے کہ آپ خیریت سے ہوں۔ آپ کے رسالہ عجمی میں شائع شدہ وتلفیذ ”میری کامیابی کا راز صرف عجمی“ اگست 2013ء ص نمبر 10 پر چھپا تھا۔ میری بیٹی نے وہ پڑھا اور انٹرنیٹ نیٹ دینے کیلئے چلی گئی۔ وہ بتاتی ہے کہ اگرچہ وہ بال پوائنٹ کھول کر اس کی تب پر اور قلم کی نوک پر دم کر کے لے گئی تھی اور نیٹ میں کئی مشکل سوالوں پر وہ گڑبڑ بھی گئی تھی مگر اللہ کی رحمت سے یہ ہوا کہ جو سوال اس کی سمجھ سے باہر تھے اس نے اللہ کے آسرے پر اور اپنی سمجھ کے مطابق چانس لے لیا اور وہ بالکل ٹھیک نکلے۔ میری بچوں سے گزارش ہے کہ وہ پڑھائی کے ساتھ ساتھ اللہ کو یاد رکھیں اور نماز باقاعدگی سے پڑھیں تاکہ دین اور دنیا دونوں سنورے رہیں خدا کو یاد رکھو گے تو خدا تم کو یاد رکھے۔ اس

کھانسی کا آسان و مجرب نسخہ

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس کھانسی کا ایک لا جواب نسخہ ہے جو میں قارئین عجمی کی نذر کرتا ہوں۔ حواشی: ایک کلو شہد لیں۔ دس روپے کی امتیاس پھلی۔ امتیاس کی پھلی کو توڑے پر رکھ کر رکھ کریں اور پین کر ایک کلو شہد میں ملا لیں۔ رات سونے سے پہلے ایک گچھا کھالیں۔ لا جواب آزمودہ اور آسان نسخہ ہے۔ آزمائیں اور دعاؤں میں یاد رکھیں۔ (رحمہم ق)

ٹی بی کا آزمودہ روحانی علاج: نرم زم قہوڑا سا سادہ پانی میں ملا کر سورہ فاتحہ 134 بار پڑھ کر پلاں میں یہ عمل پورے آٹھ مہینے ڈاکٹری روانی کے ساتھ کریں آزمودہ ہے کبھی دوبارہ دکھارت نہیں ہوگی۔

بے روزگار کیلئے کامیاب و آزمودہ عمل

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کو ماہنامہ عبقری شائع کرنے پر اللہ تعالیٰ جزائے خیر عطا کرنے آپ کی خدمت میں ایک انمول موتی پیش کر رہی ہوں اس کو میں نے بار بار آزمایا ہے اللہ نے میری ہر حاجت پوری کی ہے۔ چار رکعت نفل نماز حاجت: پہلی رکعت میں الحمد شریف کے بعد سورہ اخلاص گیارہ مرتبہ پڑھیں۔ دوسری رکعت میں الحمد شریف کے بعد سورہ اخلاص اکیس بار پڑھیں۔ تیسری رکعت میں الحمد شریف کے بعد سورہ اخلاص اکتیس بار۔ چوتھی رکعت میں الحمد شریف کے بعد سورہ اخلاص اکتیس بار۔ نماز کے بعد یعنی سلام پھیرنے کے بعد سورہ اخلاص 51 بار درود شریف 51 بار پھر سجدے میں جا کر سو بار یا اللہ یا اللہ کہے۔ پھر سجدے سے سر اٹھا کر اللہ سے اپنی حاجت طلب کرے لیکن جائز مراد ہو کسی کا حق چھینے یا پھر کسی کو نقصان پہنچانے کا مقصد نہ ہو۔ (بیت سیف ملتان)

مسئلہ کاروباری ہو یا گھریلو سب حل

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ تعالیٰ کا لاکھ لاکھ شکر ہے کہ جس نے مجھے یہ توفیق بخشی عبقری میں قارئین کے آزمودہ عمل پڑھ کر میرے دل میں بہت شوق

بد صورتی کو خوبصورتی میں بدلنے کا آزمودہ روحانی علاج
محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں پہلی مرتبہ لکھ رہا ہوں کیونکہ آپ ہی فرماتے ہیں کہ کوئی عمل چھوٹے سے چھوٹا ہی کیوں نہ ہو ضرور نکلیں اسی لیے لکھ رہا ہوں۔ میرا ایک دوست ہے اس کا چہرہ بہت زیادہ خراب تھا اسنے دانے تھے کہ میں بتا نہیں سکتا اس کے والد صاحب نے کہا کہ کبھی تو تمہارے دوست نے چہرے پر مٹی سے مہنگی کریمیں لگا لگا کر اپنے چہرہ کا کیا حال کر لیا ہے۔ میں بہت پریشان ہوں میرا دوست کہنے لگا یا میں نے کوئی کریم کوئی لوشن نہیں چھوڑا مگر یہ انے میری جان نہیں چھوڑ رہے۔ پہلے وقتی فائدہ ہوتا ہے مگر بعد میں چہرہ اور زیادہ خراب ہو جاتا ہے۔ میں نے اسے کہا کہ تم ہر نماز کے بعد ایک تسبیح یا تحالیلی یا تھوڑا سا یا تحالیلی کی پڑھا کر ڈیو آپ تعین نہیں کریں گے اس کو یہ عمل بتا کر بھول گیا تقریباً دو ماہ کے بعد مسجد میں مجھے ملا جب میں نے اس کا چہرہ دیکھا تو بالکل صاف شفاف کوئی داغ دھبہ نہ ہی دانت تھا۔ جب میں نے اس کرشمہ کی وجہ پوچھی تو کہنے لگا تم نے جو وظیفہ بتایا ہے وہی پڑھتا ہوں اللہ نے نرم کر دیا ہے۔ (محمد اعظمی مولانا)

والی صرف اللہ رب العزت کی ذات ہے وہ جسے چاہے اور جیسے چاہے نواز دے۔ بہت سے لوگ اب میرے پاس آتے ہیں کہ تم جو وظیفہ پڑھتے ہو وہ وظیفہ ہمیں بتا دو جو قریبی رشتہ دار ہیں اور جن کو پتہ ہے کہ یہ سورہ علم تشریح پڑھتا ہے انہوں نے از خود یہ سورہ پڑھنی شروع کر دی ہے۔ اللہ تعالیٰ آپ کے فیوض و برکات سے ہم کو اور ساری امت مسلمہ کو بلکہ ساری انسانیت کو مستفیض فرما دے۔ آمین (محمد طاہر شاہ سوات)

نوکری کی بندش ختم کرنے کا عمل

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے ایک جگہ نوکری کیلئے پلائی کیا فاضل انٹرویو کیلئے مجھے ملان بلوایا گیا انٹرویو سے تین دن پہلے میرے اوپر کسی حاسد نے سیاہ عمل (جادو) کیا۔ جس کی وجہ سے مجھے محسوس ہوا کہ میری پیٹھ پر کوئی چیز چیر چیر کرتی چڑھتی آ رہی ہے اور میرے اوپر یعنی سر پر کوئی چیز آ کر بیٹھ گئی ہے اور میرے سینے سے دھواں کی طرح کچھ نکل رہا اور میرے منہ سے بھی دھواں نکل رہا۔ میرے تمام جسم پر اتنا بوجھ آ گیا کہ میری ٹانگیں وزن کی وجہ سے چل نہ سکتیں اور میری شکل کالے رنگ کی ہو گئی۔ میں نے فوراً اللہ تعالیٰ، الز، التبر، تھلی، بعض، ظفہ، ظستہ، طس، یس، ض، ظفہ، عشق، قی، تھل، حروف پڑھنے شروع کر دیے جس سے مجھے بہت سکون ملا۔ اس سے اگلے دن انٹرویو تھا۔ انٹرویو کیلئے روانہ ہوا جب انٹرویو دینے بیٹھا تو مجھے کسی سوال کی کچھ بھن آ رہی تھی مجھے کوئی چیز زبردستی وہاں سے باہر کھینچ رہی تھی میرا سر جکڑا ہوا تھا میں وہاں بیٹھا معذرتیں پڑھتا رہا جس سے مجھے کچھ سکون ہوا اور میں نے آرام سے انٹرویو دیا۔ واپسی پر بھی اور رات کو معذرتیں پڑھتا رہا اور سینے پر دم کرتا رہا۔ اچانک میرے سینے سے کوئی چیز بھاپ کی طرح نکلنے اور نکلنے ہوئے کڑک کی آواز آئی۔ میں نے دوسرے دن معذرتیں پڑھ کر کہ اپنی پنڈلیوں کے اوپر دم کیا تو میری دونوں پنڈلیوں سے بھی بھاپ کی طرح کی چیز نکلنے لگی اور میری دونوں پنڈلیوں کو چھوڑ دیا۔ تیسرے دن میں نے سارا دن درود شریف پڑھا اور استغفار پڑھتا رہا۔ شام کو گھر جاتے ایسا ہی ہوا میرے سر سے بخورے رنگ کی کوئی چیز نکل کر اڑ گئی۔ کچھ دنوں کے بعد پھر ایسا ہی ہوا میرے سر سے بخورے رنگ کی کوئی چیز اڑ گئی۔ اس دوران میں اللہ سے اپنی کامیابی کی رورو کر دعا مانگتا رہا۔ چند دنوں بعد مجھے متعلقہ محکمہ سے کال آئی کہ آپ کو جاب کیلئے منتخب کر لیا گیا ہے۔ الحمد للہ! (محمد اجمل راجن پور)

کے ساتھ اگر آپ کسی نوکری کیلئے انٹرویو دینے جائیں تو درج ذیل عمل کر کے جائیں انشاء اللہ آپ پاس بھی ہو جائیں گے اور منتخب بھی۔ عمل درج ذیل ہے۔ سورہ قلم ایک مرتبہ سیاسی کی دوات پر پڑھیں اور وہی سیاسی اپنے چین میں بھر لیں پھر ایک دفعہ دوبارہ پڑھ کر قلم کی نوک پر پھونک مار دیں۔ اس کے بعد دو رکعت نفل پڑھیں اور پھر سورہ فتح پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیں اور جس مقصد کیلئے بھی نیست دیں گے انشاء اللہ کامیابی آپ کے قدم چومے گی۔ (حنا ناز لاہور کینٹ)

بے روزگار کو روزگار اور کرائے دار

کو مالک مکان بنانے کا عمل

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ آپ کو مع اہل و عیال دنیا و آخرت میں اونچا مقام عطا فرمائے۔ آمین! مودبانہ گزارش ہے کہ بندہ کو آپ نے سورہ اہم تشریح کا وظیفہ دیا تھا اور پانچ لاکھ کی تعداد پورا کرنا تھا۔ الحمد للہ ابھی تک چار لاکھ ساتھ بزار تک پہنچ گیا ہے تقریباً دس ماہ ہو چکے ہیں۔ اس وظیفہ کی جو برکات مجھے ملی ہیں کہ اس دوران ایک بیٹے اور دو بیٹیوں کی شادیاں ہو گئی ہیں الحمد للہ! اللہ پاک نے احسان کر کے اس وظیفہ کی برکت سے آسانی فرمادی ہے اور بڑی خوش اسلوبی سے یہ شادیاں انجام کو پہنچی ہیں۔ حضرت حکیم صاحب! میں کرایہ کے مکان میں رہتا تھا اور کئی مہینوں کا کرایہ میرے ذمہ باقی رہتا تھا چونکہ مالک مکان قریبی رشتہ دار تھا اس وجہ سے کچھ نہ کہتا۔ میرے والد صاحب محترم نے مجھے گھر کیلئے زمین دی تھی جس کا بنانا میرے بس سے باہر تھا اور میں اس زمین کو فروخت کرنا چاہتا تھا تاکہ میں دوسرے لوگوں کے ترسے ادا کر سکوں لیکن ریٹ بہت کم تھا اور پر اپنی والے تیس لاکھ سے بھی کم بتاتے لیکن اس وظیفہ کی برکت سے اللہ رب العزت نے نرم فرمایا کہ میری وہ زمین 73 لاکھ میں فروخت ہوئی۔ دوسرا احسان اللہ نے یہ فرمایا کہ ایک تیار گھر صاف ستھرا خوبصورت اور وسیع اور ہر طرح سے آراستہ گھر 49 لاکھ میں ملا الحمد للہ! جب اور لوگوں کو اس سارے معاملہ کا پتہ چلا تو حیران ہوئے کہ یہ کیسے ہو گیا؟ میں نے بتایا کہ بس اللہ نے احسان فرمایا اور نرم فرمایا کہ مجھنا چچا کو ایسے شاندار اور وسیع گھر کا مالک بنا دیا وہ لوگ جو آج تک مجھے دیوانہ اور پاگل سمجھتے تھے آج وہ لوگ خود مجھے کہتے ہیں کہ ہم تو تجھے دیوانہ سمجھتے تھے لیکن واقعی رہے

شرافت کو سرمایہ بنالو: جب تمہیں وراثت میں مغلیں و غلغلہ حق ملیں تو تنگی اور شرافت کو اپنا سرمایہ بنالو اور مغلیں کو قصویٰ چیزوں کی ضرورت ہے اسودہ حال کو بہت کی اور طامع کو کل چیزوں کی۔

پیدا ہوا کہ میرے پاس بھی ایک عمل ہے جو میں عبقری قارئین کو نذر کرنا چاہتا ہوں۔ میں ستمبر 2013ء سے عبقری کا قاری ہیں۔ اس سے پہلے میرے ابو کو اس کے ایک دوست نے دیا تھا۔ پھر جب میں نے اسے پڑھا تو مجھے بہت اچھا لگا۔ اب میں اسے ہر ماہ باقاعدگی سے خریدتا ہوں۔ میں نے بھی اس عمل کو آزمایا ہے اور لوگوں کو بھی بتایا ہے انہوں نے بھی آزمایا ہے۔ اگر کسی بندے کا کسی قسم کا مسئلہ ہو گھر یلو مسئلہ ہو پریشانی ہو مشکل ہو وغیرہ وغیرہ تو یہ نفل پڑھ لیں اور اللہ تعالیٰ سے پورے توجہ و حیا سے گزارش کر دعا مانگیں انشاء اللہ و حاجت ضرور پوری ہوگی۔ عمل یہ ہے:- 12 رکعت نفل کی نیت بانٹیں ہر دو رکعت کے بعد تشہد پڑھیں جب بارہ رکعت پوری ہو جائیں تو بارہویں رکعت کے آخری تشہد پر جب بیٹھیں تو عِبْدُكَ وَرَسُولُكَ تک پڑھ کر پھر تہیج سے یہ پڑھیں:- سات دفعہ سورۃ فاتحہ سات دفعہ آیہ الکرسی دس دفعہ چوتھا کلمہ دس دفعہ درود شریف۔ پھر سلام پھیر کر دعا مانگیں۔ عمل اخلاص اور توجہ سے پڑھنا ہے۔ میں نے اس عمل کو اس وقت آزمایا جب میں سیکنڈ ایئر میں تھا آپ یقین چاہیے ہماری بیچوں کی تیاری بالکل نہیں تھی میں نے سارے بچے زاپٹی طرف سے لکھے صرف ہٹھیں فل بھری تھیں۔ اب یہ پتہ نہیں کہ اندر کیا کھسا ہے۔ پھر میں نے یہ عمل کر کے اللہ تعالیٰ سے دعا کی۔ اللہ کے فضل و کرم سے میری سیکنڈ پوزیشن آئی جس کی مجھے امید بھی نہیں تھی۔ اس عمل کو کسی بھی حاجت کیلئے آزما سکتے ہیں اگر میرے کسی بھائی کا کاروبار نہیں ہے یا کاروبار ہے مگر چلتا نہیں کوئی بے روزگار ہے تو دو یہ عمل ضرور آزمائے انشاء اللہ ناصر اندر رہے گا۔

ایک آزمودہ نسخہ بلڈ پریشر کے مریضوں کے لئے یہ بھی بہت سے لوگوں نے آزمایا ہوا ہے۔ اس سے بلڈ پریشر نارمل رہتا ہے۔ (خشک دھنیا اور سوئف) برابر مقدار میں لے کر ان کی کچلی بنالیں۔ طریقہ استعمال: ایک چمچ صبح نہار منہ پانی کے ساتھ کھالیں۔ پھر بعد میں ناشتہ کریں پھر شام کے کھانے سے آدھا گھنٹہ پہلے ایک چمچ لیں۔ یہ بلڈ پریشر کے مریضوں کے لئے نہایت مجرب اور آزمودہ ہے۔

مشکل گھڑی اور پریشانی کے

وقت پڑھنے کا آزمودہ وظیفہ

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم امیرے پاس ایک
آزمودہ وظیفہ ہے، جب بھی کوئی مشکل گھڑی یا پریشانی

ماہنامہ مجتہدی جنوری 2016ء شمارہ نمبر 115

معاشی آئے یا گھر ملیو تو اس وظیفے سے اپنی مشکل و
پریشانی حل کروالیتا ہوں۔ قارئین بھائی کیلئے ہدیہ نذر
کر رہا ہوں۔ وظیفہ درج ذیل ہے: قرآن مجید کے ہر
پارے میں سجدہ والی آیت پر سجدہ کرنا ضروری ہے جب
کوئی مشکل آئے قرآن مجید کے پہلے پارے سے لے کر
آخر تک۔ آیت سجدہ (سجدے میں پڑھ کر دعا کریں)
ہر سجدہ والی آیت کو سجدہ میں ہی پڑھنا اور پھر دعا کرنا
ہے۔ اللہ تعالیٰ کو سجدہ بہت پسند ہے ہر مشکل حل ہوجاتی
ہے۔ اگر آیت زبانی یا نہیں تو دیکھ کر پڑھ کر سجدہ میں دعا
کریں۔ آسانی کیلئے سجدہ والی آیات جس سورہ میں ہے
ان کا نام اور آیات نمبر لکھ دیا ہے:

- 1- پارہ نمبر 9 سورۃ الاعراف آیت نمبر 205 تا 206
- 2- پارہ نمبر 13 سورۃ الرعد آیت نمبر 14 تا 15
- 3- پارہ نمبر 14 سورۃ نحل آیت نمبر 49 تا 50
- 4- پارہ نمبر 15 سورۃ بنی اسرائیل آیت نمبر 108 تا 109
- 5- پارہ نمبر 16 سورۃ مریم آیت نمبر 57 تا 58
- 6- پارہ نمبر 17 سورۃ حج آیت نمبر 17 تا 18
- 7- پارہ نمبر 19 سورۃ فرقان آیت نمبر 59 تا 60
- 8- پارہ نمبر 19 سورۃ نمل آیت نمبر 25 تا 26
- 9- پارہ نمبر 21 سورۃ الحجۃ آیت نمبر 14 تا 15
- 10- پارہ نمبر 23 سورۃ ص آیت نمبر 23 تا 24
- 11- پارہ نمبر 24 سورۃ فتح سورۃ آیت نمبر 37 تا 38
- 12- پارہ نمبر 27 سورۃ نجم آیت نمبر 61 تا 62
- 13- پارہ نمبر 30 سورۃ انشراح آیت نمبر 20 تا 21
- 14- پارہ نمبر 30 سورۃ العلق آیت نمبر 18 تا 19

اس کے علاوہ مشکل اور پریشانی کے وقت نماز فجر میں سنتوں کے بعد الحمد شریف اکتالیس بار اس طرح پڑھیں کہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعَالَمِیْنَ کے ساتھ ساری سورہ پڑھنا یعنی الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ کے "م" کو الحمد کے "ل" کے ساتھ ملا کر ہر دفعہ پڑھنا ہے۔ جب آیت اِنَّكَ تَعْبُدُ وَ اِنَّكَ تَسْتَعِیْذُ پڑھے تو اس کو تین دفعہ پڑھ کر مکمل کر کے دعا مانگے کم از کم سات دن لگا تار پڑھے انشاء اللہ مشکل حل ہوگی۔ نعم اور پریشانی دور ہوگی۔ (ع.ش)

کامیاب کاروبار کے ساتھ تعلیم

بھی شاعر اور عمل حاضر ہے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کا بہت بہت
شکریہ کثیر شکریہ کہ آپ نے ماہنامہ عبقری کے ذریعے مجھے
جیسے نالائقوں اور دنیاوی روحانی بھگتے ہوؤں اور بے

حوصلہ لوگوں کو اعتماد و حوصلہ دے کر اللہ کی راہ پر لگانے اور اللہ سے لینے کا جذبہ اور یقین پیدا کرنے کا بیڑہ اٹھایا اور عبرتی کے ذریعے آپ کی سخاوت، آپ کی عطامیں ہم جیسے عاصی و ناقص لوگوں کیلئے بھی نعتیں حاصل کرنے کا وسیلہ بن گئیں آپ کا شکر گیارہ آپ نے اپنے دروس میں ایسی عمدگی، انکساری، سخاوت سے لطیف ہجرائے میں مضمون دل میں اتر جانے والے الفاظ و اعتماد سے نوازا۔ آپ نے رزق میں برکت کا مکمل نمونہ دکھاؤں وہ میں قارئین کی نذر کرتا ہوں۔ کالج میں ہمارا ایک دوست کم پڑھتا اپنی دکان پر بھی کوئی خاص توجہ نہ دیتا مگر وہ پڑھائی میں خوب نمبر لیتا اور کاروبار میں خوب چمک دھمک تھی۔ اس سے اس بابت معلوم کیا تو اس نے قرآن مجید کی سورۃ الزخرف کی آیت نمبر 79 بتائی کہ اس آیت سے میری کامیابیاں ہیں۔ میرا ایک کزن ایک تکلیف میں آگیا، میرا ایک بزرگ سے تعلق تھا، میں ان کے پاس گیا تو انہوں نے بھی مجھے یہی آیت دی، بہت فائدہ ہوا۔ میں نے عرض کی ایک اور بندہ خدا ضرورت مند ہے کیا اس کو یہ آیت بتا دوں تو انہوں نے مجھے غور سے دیکھا بلکہ گھور میں سمجھا کوئی غلطی ہوگئی ہے۔ کہا دے دو مگر اسے کہنا کسی اور کو نہ بتائے اور تم بھی احتیاط رکھو۔ اب میں اس چیز کو کیا نام دوں ہم دوسروں کو فائدہ دے کر خوشی حاصل کیوں نہیں کرتے حالانکہ حقوق خدا کے کام بنا کر جو خوشی ملتی ہے وہ کسی اور کام میں نہیں ہے۔

سیدنا کریم ﷺ کی کرامت: بندہ ناچنے کو کائنات کے
 مجید جاننے، عالمات کی معلومات، اللہ پاک کے اسرار
 جاننے، روحانیت سے عجائبات کی بابت اللہ کے برگزیدہ

شوگر کیلئے دعویٰ کا نسخہ مبارک

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! عبقری پڑھ کر بہت زیادہ غموں ہوتی ہے۔ اللہ تعالیٰ آپ کو اس سے زیادہ عنایت فرمائے۔ آپ بہت اچھا کام کر رہے ہیں۔

محترم حضرت حکیم صاحب! میں عجمی قارئین کیلئے اپنے سینے کا ایک راز کھول رہا ہوں۔ یہ نسخہ آپ کو بھی دعوے کے ساتھ دے سکتے ہیں۔ انشاء اللہ یہ نسخہ ہستہ استہارہ شکر کو جز سے ختم کر دے گا۔ حوالہ ثانی: ایک عدد بڑی الائچی لیں اس میں سے سات عدد دانے لیکر صبح نہار منہ استعمال کریں یہ نسخہ کم از کم تین مہینے استعمال کریں انشاء اللہ شکر جز سے ختم کر دے گا۔ اس نسخہ کو معمولی نہ سمجھئے گا یہ بہت کام کی چیز ہے۔ (قاسم احمد صدیقی کراچی)

7

حمل کی حفاظت کا نسخہ خاص: حاملہ عورتوں کو فیضیہ کا مربہ کھلانے سے حمل گرنے کا خدشہ نہیں رہتا اور ان کے پاس جو بچہ پیدا ہوتا ہے وہ صحت مند اور خوب صورت ہوتا ہے۔

نام سے فائدہ حاصل کر سکتے ہیں۔ بندہ کو اپنے رب جلیل پر پورا بھروسہ ہے کہ اس وظیفہ کو پڑھنے والے کی جائز حاجت ضرور پوری ہوتی ہے۔ میں نے یہ وظیفہ 2004ء میں کیا اور وظیفہ مکمل ہوتے ہی بہت بہترین ملازمت مل گئی۔ پہلے گیارہ مرتبہ درود ابراہیمی پڑھیں پھر بسم اللہ پڑھ کر اسم الہی یازدہ بار 1100 مرتبہ پڑھیں پھر اپنے روزگار کیلئے دعا اللہ رب العزت کی بارگاہ میں نہایت عاجزی سے دعا مانگیں آخر میں دوبارہ گیارہ مرتبہ درود ابراہیمی پڑھیں۔ وظیفہ صبح فجر اور شام عشاء کے بعد چالیس دن پڑھیں اکثر اس سے پہلے ہی اللہ پاک روزگار عطا فرماتا ہے مگر پھر بھی چالیس دن تک پڑھیں وقت اور جگہ کی پابندی کریں نماز کی پابندی کریں اور گناہوں سے پرہیز بہت ضروری ہے۔ امراض معدہ سے

نوجوانوں کو لگے عشق کے روگ کا علاج

کسی کو ”عشق“ کا روگ لگ جائے اور زندگی کو یہ مرض دیکھ کر چاہت رہا ہو اور سکون غارت ہو چکا ہو تو یہ ایک بزرگ کا دیا ہوا ہے۔ بار بار خیال آتا ہو کسی (مرد عورت) کا اور بنانے سے بھی نہ بچتا ہو کسی اور چیز میں دل نہ لگتا ہو پڑھائی وغیرہ میں تو یہ عمل کریں۔ اس کی اجازت بزرگ نہ ہر مرد اور عورت کو دے دی ہے۔ آج کے خراب ماحول میں اس کی بہت ضرورت ہے۔ عمل یہ ہے۔ ہر دن سو بار درج ذیل الفاظ پڑھیں۔

لَا تَهْتَفُؤُنِي إِلَّا لِلَّهِ لَا تَهْتَفُؤُنِي إِلَّا لِلَّهِ لَا تَهْتَفُؤُنِي إِلَّا لِلَّهِ لَا تَهْتَفُؤُنِي إِلَّا لِلَّهِ

یعنی تہتیب کے ایک دانے پر یہ چاروں کلمات پڑھ کر پھر دوسرے دانے پر یہ چاروں الفاظ پڑھ کر اسی طرح تہتیب مکمل کریں۔ ان بزرگ نے اس عمل کے تاثرات کے بارے میں فرمایا کہ ”ہم نے اس عمل سے سینکڑوں نہیں ہزاروں (نوجوان) بچوں کیجیوں کو اس عمل کے صدقے گناہ کبیرہ سے بچ کر زندگی گزارتے دیکھا ہے جو بچیاں کہتی تھیں کہ ہم مرجائیں گی فلاں (مرد) کے بغیر یا جو نوجوان کہتے تھے کہ ہم مرجائیں گے فلاں (عورت) کے بغیر چند دن انہوں نے یہ عمل کیا نہ کوئی مرا اللہ نے دین اور ایمان اور عمل کی حفاظت بھی فرمائی۔ اگر خدا خواستہ دل میں کوئی ایسی کیفیت آجائے تو دل صاف کرنے کیلئے یہ عمل بارت کلینر کی طرح ہے۔ امریکہ کی ایک یونیورسٹی کے بچوں نے اس عمل کا نام بارت کلینر رکھا ہوا ہے۔ (عبداللہ ولد عبداللہ پھول)

اس وقت میں گھر میں اکیلی ہوتی تھی تو مجبوراً میں نے کہیں جاب کرنا شروع کر دی ”صبح جاتے وقت گاڑی میں مجھے تقریباً آدھ گھنٹہ لگتا تھا“ پورے دن میں میرے پاس اتنا وقت نہیں ہوتا تھا اس آدھے گھنٹے میں میں سات سو بار استغفار پڑھتی تھی جو استغفار میں پڑھتی وہ درج ذیل ہے۔ میں نے مسلسل تین مہینے پڑھا اور اللہ تعالیٰ نے مجھ پر چوتھے مہینے فضل کر دیا اور آج تک پھر میں نے کہیں جاب بھی نہیں کی کیونکہ خود مجھے بھی جاب کرنا اچھا نہیں لگتا تھا۔ استغفار یہ ہے:

أَسْتَغْفِرُكَ اللَّهُ رَبِّ وَمِنْ كُلِّ ذَنْبٍ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ۔

اس کے علاوہ جب بھی میں کسی کو گشت دلوں چھونے سے چھوٹا ہی کسی اس پر میں تپا چھوٹی 17 بار پڑھتی ہوں چاہے کھانے کی چیز ہو تو اس کی بہت تعریف ہوتی ہے جو عورت سورہ تحریم پڑھتی ہے تو شوہر اور بچے فرمانبردار ہوتے ہیں تو شوہر ہر طرح سے اس عورت کو سکھ کر رکھنے کی کوشش کرتا ہے یہ میرا اپنا تجربہ ہے جو لوگ سورہ منافقون پڑھتے ہیں اول تو کوئی اس کے پیچھے بول نہیں سکے گا سوائے منافق کے۔ دوسرے یہ کہ میرے خلاف کوئی بات کرے تو مجھے صاف پتہ چلتا ہے اور بعد میں صاف ظاہر ہوتا ہے کہ میرے خلاف ایسے ہوا ہے میرے شوہر مجھے ”چہرہ شناس“ کہتے ہیں کہ تم تو لوگوں کے دل اور چہرے کو دیکھ کر پہچان لیتی ہو۔ (شفاء گو ہر وہاؤنٹ)

روزگار امراض معدہ اور موٹاپا

محترم القام جناب حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! امید ہے آپ بعد تمام عبقری کے ستارے کے خیریت سے ہوں گے۔ آپ کا حکم ہوا کہ جنوری 2016ء کا شمارہ خاص نمبر ہوگا اور ”بے روزگاری امراض معدہ موٹاپا“ پر تحریریں بھیجیں۔ اس بندہ ناچیز کی ایک چھوٹی سی کاوش حاضر خدمت ہے۔ قبول فرمائیں۔ اللہ عبقری کو دن و رات چنگنی ترقی عطا فرمائے اور اس سے وابستہ افراد کو اجر عظیم اور جزائے خیر عطا فرمائے آمین اور روزگار کیلئے میرا آزمودہ عمل: آج کل بیروزگاری عام مسئلہ ہے تو روزگار اور حصول رزق کیلئے اسمائے حسنیٰ میں سے یازدہ بار 100 بار پڑھنا ہے انشاء اللہ العزیز اس اسم الہی کی برکت سے آپ کے روزگار اور حصول رزق کا مسئلہ یقیناً حل ہو جائے گا۔ پورے خشوع و خضوع، یقین، مکمل آداب اور پوری ترکیب کے ساتھ اگر عمل کریں گے تو اللہ رحمن رحیم کے اسم مبارک کا اثر یقینی ہے۔ بزرگان دین نے اسے حصول رزق کیلئے بڑا ہی زودا اثر اور عجیب عمل قرار دیا ہے لاکھوں نہیں بلکہ کروڑوں حاجت مند اللہ تعالیٰ کے اسم مبارک سے فیض حاصل کر چکے ہیں لہذا آپ بھی اس نورانی

بندوں کو دیکھنے اور اسرار جاننے کی بہت رغبت اور شوق رہا۔ کبھی پشاور کی بجٹی کراچی کی گولڈ کبھی پھول کبھی حیدرآباد گولڈ کبھی اور شوق نے جو کچھ چاہا وہ کچھ پانا مشکل رہا۔ ایک مرتبہ سرگودھا کے قریب ایک بندہ خدا نے تسبیح ”سیدنا کریم صلی اللہ علیہ وسلم“ عطا فرمائی اجازت بھی دی۔ ایک رات پڑھتے پڑھتے سرگودھا کے مرکزی قبرستان جو راستہ میں نکلتا تھا وہاں داخل ہوا کچھ دیر پڑھتے اچانک قبرستان بعد نور بن گیا بعض قبریں بغیر کسی نشانی کے بہت منور تھیں۔ بعض قبروں میں لوگ بیٹھے قرآن مجید پڑھ رہے تھے اور باہر قبروں سے جو لوگ چل پھر رہے تھے آج بار ہے تھے وہ سفید رنگ کے کرتے اور پاجامہ میں زیادہ تر تھے اور انہوں نے سبز رنگ خلاف قرآن مجید بھی اٹھائے ہوئے تھے۔ دل میں خیال ہوا کہ باہر دیکھوں تو سامنے عیسائیوں کی بستی ہے اور پچھلی طرف قبرستان سے ملحق آبادی ہے۔ میرے دیکھنے میں کوئی دیوار حائل نہ تھی بعض گھروں میں بچے کھیل رہے تھے عورتیں بستر بچھا رہی تھیں غرض جو کچھ ہو رہا سب نظر آ رہا۔ کچھ دیر یہ منظر رہا پھر واپس میں اپنی دنیا میں آ گیا۔ یہ سب ”سیدنا کریم صلی اللہ علیہ وسلم“ پڑھنے کا فیض تھا۔ یہ مجھ پر اللہ کا خاص کرم ہوا اور میں اس کا ہر دم لاکھ لاکھ شکر ادا کرتا ہوں کہ اس نے مجھے اسرار و رموز سے مستفیض کیا۔ (ق۔ م۔ ج)

میرے تجربات قارئین عبقری کیلئے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! آپ نے ایک مرتبہ وادیکٹ میں درس دیا تھا آپ کا انداز بیان ہی تھا جس نے مجھے بھی قلم اٹھانے پر مجبور کر دیا ویسے عبقری تقریباً میں نے پچھلے سال سے شروع کیا ہے لیکن جب پہلی مرتبہ پڑھا تھا تب ہی اس کی گرویدہ ہو گئی تھی۔ میرے اپنے کچھ تجربات ہیں جو میں قارئین عبقری کے فائدے کیلئے لکھ رہی ہوں: زبان میں تاثیر: میری زبان میں گفتگو کے دوران تاثیر نہیں آتی لاکھ میری بات میں سچائی ہوتی لیکن دوسرے بندے پر میری باتیں اثر نہیں کرتی تھیں۔ میں نے کہیں پڑھا تھا کسی سے ملنے سے پہلے تین بار سورہ فاتحہ اور تین بار سورہ اخلاص پڑھتے تو دوسرے بندے کے دل میں آپ کی ایک بات اثر کرتی ہے اب میرا یہ معمول ہے کہ جب میں کسی سے بات کروں تو پہلے سورہ فاتحہ تین بار اور سورہ اخلاص تین بار پڑھتی ہوں۔ اس کے علاوہ نو بار یا آٹھ بھی پڑھتی ہوں۔ استغفار کے فوائد: میری شادی کو تقریباً سات سال ہو گئے ہیں شادی کے دو سال تک میری اولاد نہیں تھی تو

مظفری اور غربت دور: بعد نماز عشاء موئے سے پہلے 3100 مرتبہ تِلْكَ الرَّاقِی پڑھنے کا معمول بنالے اور ہمیشہ اس کو جاری رکھے اس کی غربت و مفلسی دور ہو جائے گی۔

نجات: یہ نسخہ میں نے خود اپنی ذات پر آزمایا۔ انتہائی آزمودہ اور مجرب ہے کسی بھی ادارے کی دوائے لیں۔ دوا کا نام ”پیپر منٹ“ ہے کھانے کے بعد دو بڑے حجّی کی گراؤ پر سے تین، چار گھنٹہ پانی پی لیں۔ سینے کی جلن بدشہمی کھٹی ذکاروں میں بہت مفید ہے۔ تنگی آئے اور پیٹ درد کو دور کرتا ہے۔ گیس، بھوک کی کمی اور معدے کے فعل کو درست کرتا ہے۔ موٹاپا سے بھی نجات: ایک گلاس تازہ پانی میں ایک عدد لیٹوں پوڑ لیں پھر اس میں کلوئی پاؤڈر کالی مرچ پاؤڈر آدھا آدھا چائے کا چمچ شہد ایک بڑا حجّی ڈال کر اچھی طرح مکس کریں۔ روزانہ نہار منٹ ناشتے سے آدھا گھنٹہ پہلے استعمال کریں۔ ایک ہفتہ کے استعمال سے آپ کے وزن میں ایک سے ڈیڑھ کلو کی آئے گی اور ایک ماہ کے مسلسل استعمال سے آپ کے وزن میں 7 کلو تک کمی آجائے گی اس ڈرنک کے استعمال سے آپ اندرونی بیماریوں سے بھی دور رہیں گے۔ اس نسخہ کے استعمال کے دوران میٹھی چیزوں اور کولڈ ڈرنکس سے مکمل پرہیز کریں۔ مندرجہ بالا سے فائدہ ہونے پر حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم اور میرے مرحوم والدین کریمین کیلئے ضرور دعا فرمائیں۔ (سید عبداللہ بڑا لپنڈی)

میرے 30 سالہ تجربات و مشاہدات

میری زندگی مشاہدات و تجربات سے ہمراہ ہوئی ہے گوکہ میں اچھے اعمال والا نہیں ہوں لیکن پھر بھی اس ذات پاک پر بھروسہ ہے کہ جب بھی زندگی میں کسی کام کا ارادہ کیا تو اللہ کے فضل و کرم سے اعمال کی برکت، قرآن مجید کے پڑھنے سے مسئلہ حل ہو گیا۔ میں اکثر بزرگوں سے رہنمائی لیتا رہتا ہوں انکے بتائے ہوئے اعمال کو اپنانے کی کوشش کرتا رہتا ہوں۔ یہی وجہ ہے کہ اللہ نے مجھے کبھی رسوائی نہیں کیا۔

صلوۃ التبتیح کے کمالات: آج سے تقریباً 35 سال پہلے کی بات ہے جب 1979ء میں ماوند (کولبو انجینی) میں بحیثیت استاد تعینات ہوا، دور دراز کا علاقہ تھا۔ ذرائع آمد و رفت نام کی کوئی چیز نہیں تھی، سفر فرکوں پر وہ بھی جب مال بردار ترک ماوند کیلئے کولبو انجینی سے جاتا تھا۔ کافی دن انتظار کے بعد ایک دن گورنمنٹ ہائی سکول ماوند کے ہیڈ ماسٹر طے اور کہنے لگے کل مال بردار ترک ماوند جائے گا اس پر جانا ہوگا۔ بہر حال جیسے جیسے ہم ماوند پہنچ گئے۔ ماوند میں کھانے کیلئے کوئی چیز نہ ملتی تھی اور نہ ذرائع آمد و رفت تھے۔ دل بہت اداس تھا ان دنوں میں نے باقاعدگی سے صلوۃ التبتیح مغرب کی نماز کے بعد پڑھنا شروع کر دی۔ روحانیت میں مغرب کے وقت میں خاص تاثیر ہوتی ہے لہذا میرا

روزانہ کا معمول بن گیا۔ جب سردیوں کی چھٹیاں ہوئیں (بلوچستان میں 3 ماہ کی چھٹیاں ہوتی ہیں) بھائی کے پاس ملتان آ گیا۔ بھائی ایف جی پبلک سکول ملتان چھاؤنی میں ٹیچر تھے۔ ان سے ذکر کیا کہ دور دراز کا علاقہ ذرائع آمد و رفت نہیں بعض اوقات کھانے کیلئے بھی کچھ نہیں ملتا۔ ان دنوں میں نے ڈرائنگ ٹیچر کا کورس کیا ہوا تھا۔ بھائی نے اپنے شاگرد سے ذکر کیا جن کے والد صاحب جی ایچ کیو راولپنڈی میں چیف ایڈمنسٹریٹر ایفیر (CAO) تھے۔ جب میری چھٹیاں ختم ہو گئیں تو واپس اپنی ڈیوٹی پر ماوند (کولبو انجینی) واپس آ گیا۔ حسب معمول روزانہ مغرب کی نماز کے بعد صلوۃ التبتیح پڑھتا رہا اور اللہ سے دعا کرتا رہا۔ اللہ کی قدرت اچانک بھائی کا ملتان سے واپس لے کر ڈیڑھ گھنٹہ (اطلاع) آیا کہ آپ کی بحیثیت ڈرائنگ ٹیچر ایف جی بوائز ہائی سکول نمبر 2 آرڈر ہو گئے ہیں فوراً پہنچیں۔ حالانکہ میں نے انٹرویو دیا اور نہ ہی کوئی درخواست دیکر آیا تھا بلکہ صرف زبانی کہا تھا۔ فوراً ملتان پہنچ کر ڈیوٹی پر حاضر ہو گیا اور اللہ کا شکر ادا کیا۔ اللہ نے صلوۃ التبتیح کے پڑھنے سے میرے لئے ملازمت کا بندوبست فرمایا۔ جنات سے دوستی: یہ 1985ء کا واقعہ ہے جب میں ملازمت کے سلسلہ میں فیصل آباد تھا مکان میں اکیلا رہتا تھا، محلے والے مجھے اکثر کہتے تھے کہ یہاں جنات ہیں آپ کیسے یہاں رہ رہے ہیں؟ میں نے بھی توجہ نہ دی۔ ان دنوں محمد یونس نامی لڑکا جو میرے گھر کے کام کا بانڈی روٹی کا بندوبست کرتا تھا (میں آپ سے ذکر کرتا چلوں جب سے ہوش سنبھالا ہے اللہ رب العزت کی توفیق سے نماز کی باقاعدگی کرتا ہوں بلکہ طالب علمی کے دور میں ہزاروں کی تعداد میں درود شریف پڑھتا، اعمال سے محبت تھی شوق تھا اور جذبہ بھی تھا) ایک دن میں مکان میں بیٹھا تھا اور یونس بانڈی روٹی پکا رہا تھا تو میں نے یونس کو آواز دی کہ روٹی لگا دو دفتر جانا ہے لیکن کوئی جواب نہ آیا۔ تھوڑی دیر کے بعد جب میں اٹھ کر گیا تو دسترخوان لگا ہوا تھا، تازہ روٹی اور سائیں موجود تھا، کھانا کھانے کے بعد پھر آواز دی یونس نہ آیا، جا کر کچن میں دیکھا تو یونس موجود نہیں تھا۔ شام کو جب یونس آیا تو میں نے پوچھا کہ تم صبح کدھر چلے گئے تھے؟ یونس کہنے لگا صاحب جی روٹی نہیں تھی تو سندور سے روٹی لینے گیا تھا، دیر ہو گئی جب واپس آیا تو گھر کو تالا لگا ہوا تھا۔ میں فوراً سمجھ گیا کہ کوئی مسئلہ ہے۔ میری روزانہ قرآن مجید پڑھنے کی عادت تھی، قرآن پڑھنے کے دوران ایک آہٹ سنی، فوراً خیال آیا اور میں نے دل میں کہا کہ آپ کو میں نے دیکھ لیا۔ جب خود ہی وہ مخاطب ہو کر بولی جناب! مجھے اس گھر میں رہتے ہوئے 20 سال ہو گئے ہیں، آج تک کوئی

دانت، ڈاڑھ کا شدید ترین درد پانچ منٹ میں ختم

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کے دو معجزی رسالے پڑھے جو مجھے بہت پسند آئے ہیں۔ ایک نسخہ میں اپنا آزمودہ معجزی کے قارئین کیلئے بھیج رہا ہوں تاکہ حقوق خدا کو فوری فائدہ حاصل ہو۔ نسخہ جادو اثر ہے تجرہ خود ثابت کرے گا۔ حوالہ: کافور اور کلورل ہائیڈریٹ ہوزن شیشی میں ڈال کر صوب میں رکھیں۔ چند گھنٹوں کے بعد کافور تیل ہوگا۔ محفوظ رکھیں۔ نوامد: دانت داڑھ کی کھوڑ میں روٹی تر کر کے رکھیں۔ پانچ منٹ بعد درد انشاء اللہ دور۔ دانت یا ڈاڑھ ٹھنڈی ہو اور خون بند نہ ہو رہا ہو اور درد شدید ہو رہا ہو تو روٹی تر کر کے دھم پر رکھیں۔ فوراً خون بند اور درد دور۔ کھانا کھاتے ہوئے بعض اوقات زبان کٹ جاتی ہے اور خون بند نہیں ہوتا تو انگی اس تیل سے تر کر کے دھم پر رکھیں خون فوراً بند ہر قسم کے دھم کے جاری خون کو یہ تیل فوراً بند کر دیتا ہے۔ سر درد ہوتا ہے پر انگی سے مالش کریں۔ نیز گھٹیا و جوڑوں میں درد جو درد ہو تو اس کی مالش کریں۔ درم بھی اتارتا ہے اور درم بھی دور کرتا ہے۔ (نور محمد حقانی، مظفری)

ماہنامہ مجتہدی جنوری 2016ء، شمارہ نمبر 115

بچوں کی پرورش میں نماز کا کمال: نماز کے جوس میں دو تمام اجزاء پائے جاتے ہیں جو بچوں کی پرورش کے لیے ضروری ہوتے ہیں اس لیے بچوں کو روزانہ صبح ایک نماز پڑھ کر کھانا بہت مفید ہے۔

پورے جسم کے درد کو رفع کر دیا بلکہ مجھے آج تک جسم کے حصہ تو کیا دانت میں درد نہیں ہوا۔ چھ سال سے اس عمل کو کر رہا ہوں۔ یہ عمل پرانی بیماریوں اور پیچیدہ امراض علاج بناریوں کیلئے قریاق اور تیر بہدف ہے۔ میں اللہ تعالیٰ سے ہر وقت دعا کرتا رہتا ہوں کہ اے اللہ ماہنامہ عبقری کو راتوں رات کامیابی و کامرانی مزید نصیب فرما۔ اے اللہ مدبر اعلیٰ شیخ ابوحنیفہ حضرت حکیم محمد طارق محمود چغتائی دامت برکاتہم اور ماہنامہ عبقری کے تمام شاف کو لمبی عمریں عطا فرماتا کہ ماہنامہ عبقری مزید بہتر بنائیں اور اس میں کاوشوں کا اضافہ کر سکیں اور آپ ہمیشہ ہمارے جیسے پریشان حال لوگوں کیلئے راہ چراغ بنے رہیں۔ آمین ثم آمین! (عبداللطیف دامانی اسلام آباد)

سردیوں میں پاؤں کی سوجن دور کرنے کا نسخہ
محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں جنوری 2013ء سے باقاعدگی کے ساتھ ماہنامہ عبقری کا مطالعہ کر رہا ہوں بلاشبہ اس جیسا رسالہ دنیا میں نہیں ہوگا۔ آج کے مشکل پر فتن دور میں انسانیت جس قدر پریشانیوں میں مبتلا ہے ایسے میں خدمت خلق اور دیکھی لوگوں کی پریشانیوں کا مداوا کرنے کا ایک بہترین ذریعہ عبقری ہے اللہ تعالیٰ آپ کو علامہ لاہوتی پر اسرار صواب کو اور آپ کی پوری ٹیم کو صحت مند رکھے اور مزید کامیابیاں عطا فرمائے۔ میرے ایک دوست انک سٹی میں رہتے ہیں وہ ایک دن اپنا دکھ بیان کر رہے تھے کہ سردیوں میں پاؤں کی انگلیاں سوج جاتی ہیں ان کا رنگ سرخ ہو جاتا ہے جو تہ بہت تنگ لگتے ہیں دوپہر اور رات کے وقت بستر میں جب پاؤں گرم ہو جاتے ہیں تو ناقابل برداشت حد تک خارش ہوتی ہے اس تکلیف کیلئے بہت سی آزمودہ اور مفت علاج پیش خدمت ہے۔ سردیوں میں جب بھی یہ تکلیف ہو تو رات کو سوتے وقت ایک پرات یا بڑی کڑائی میں تقریباً ڈیڑھ دو کو گرم پانی لے کر ایک بڑا پیچ ٹنک ملا کر پاؤں اس میں رکھ لیں۔ پانی حسب برداشت گرم ہو پہلے تو ذرا پاؤں کو برداشت نہ ہوگا لیکن پھر بھی آہستہ آہستہ پاؤں کی انگلیاں اور متاثرہ حصہ ضرور پانی میں ڈبو کر چار پانی یا کرسی پر بیٹھ جائیں اگر پانی خشک ہونے لگے تو تھوڑا سا دوبارہ گرم کر لیں جو کہ پاؤں کو برداشت ہو سکے یہ عمل کم از کم پندرہ منٹ تک کریں۔ پھر پانی سے نکال کر پاؤں کو اچھی طرح خشک کر کے سوجن زدہ حصہ پر ہلکا ہلکا سروسو کا تیل لگا کر کپڑے میں لپیٹ لیں یا گرم جراب پہن لیں اور سو جائیں انشاء اللہ تین چار دن کے عمل سے سوجن اور خارش

ختم ہو جائے گی موسم سرما کے دو یا تین ماہ یہ تکلیف زیادہ ہوتی جب زیادہ ہونے لگے تو پھر دو تین دن کیلئے کر لیں۔ نوٹ: پاؤں کو جو تے اتارنے کے بعد فوراً لٹھڑی زمین پر نہ رکھیں اور صبح کو بستر سے اٹھتے وقت بھی تھوڑی دیر کیلئے جراب پہن لیں کیونکہ ایسا گرم مرد ہونے سے ہوتا ہے۔ (محمد اعظم راولپنڈی)

کاروباری حضرات کیلئے خاص عمل مال بھی چوری نہ ہوگا

جب بھی آپ دکان، گودام یا گھر سے باہر جائیں تو اپنے پیسوں مال وغیرہ پر یہ عمل کریں۔ اول و آخر ایک ایک بار درود شریف اور دس بار تاجیلین پڑھ کر پھونک دیں۔ چور بھی آپ کی چیزیں نہیں چرائے گا۔ گھر میں بھی اگر کسی مال کے مال چوری ہونے کا شبہ ہے تو اس پر بھی پھونک دیں۔ مال انشاء اللہ چوری سے محفوظ رہے گا۔ ہمارا آزمایا ہوا ہے۔ (پ۔و)

مولانا معذہ کی گیس تیزابیت اور قبض کیلئے اکیر
محترم جناب حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! ایک نسخہ آپ کی اور قارئین عبقری کی نذر کر رہا ہوں یہ نسخہ معذہ کی گیس تیزابیت اور قبض کیلئے اکیر ہے۔ نسخہ یہ ہے۔ حوالہ شانی: ثابت سوکھا دھنیا سفید زیرہ ثابت، سونف ثابت، تینوں چیزیں ہم وزن برابر کس کر لیں۔ مقدار خوداک: ایک چمچ چائے والی منہ میں ڈال کر چائیں اور ساتھ ایک عدد چھوٹی سبز الاچھی شامل کر لیں۔ پانچ منٹ تک خوب چائیں۔ چبانے سے منہ میں جو پانی آئے گا اس کو نلکے جاگیں۔ اس کے بعد اس چائے ہوئے کو تھوڑے پانی کے ساتھ نلکے لیں۔ اس نسخہ کو آپ نے اپنے روزانہ کے معمولات میں شامل کر لیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ آپ کی طبیعت بالکل پھینکی اور ہشاش بشاش ہو جائے گی۔ بہت سے لوگوں کو یہ نسخہ دیا جس کسی نے بھی اس کو استعمال کیا سو فیصد پایا۔ آپ بھی اس کو استعمال کریں۔ (مرزا رضا کریم)

نوکری چاہیے یا عیال دولت۔۔۔ یہ پڑھیں!
محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کی دعاؤں سے میں عبقری 2009ء پڑھ رہا ہوں اللہ تعالیٰ عالم غیب میں آپ کے بھر و مرشد حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ بھویری مجدد رحمۃ اللہ علیہ کے صدقے سے درجعات کو ایسا بلند کرے جب اللہ تعالیٰ آپ کے بھر و مرشد حضرت سید محمد عبداللہ بھویری رحمۃ اللہ علیہ کو پوچھے محمد عبداللہ! دنیا میں میرے لیے کیا تحفہ لائے ہیں تو حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ

بھویری رحمۃ اللہ علیہ آپ کو یعنی حضرت حکیم محمد طارق محمود چغتائی کو پیش کر دیں۔ یا اللہ! میں نے حضرت حکیم محمد طارق محمود چغتائی کو دنیا میں بطور تحفہ آپ کے لیے لایا ہوں۔ میں نے اپنی تربیت نہ ہونے کی وجہ سے آپ کے حق میں مندرجہ بالا الفاظ عرض کیے حضور پاک صلی اللہ علیہ وسلم کے صدقے یہ الفاظ اللہ کی بارگاہ میں مقبول ہوں۔ ایڈیشن خاص کیلئے حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی امت کیلئے ایک لفظ جو کہ اسم اعظم ہے کم نہیں ہے لکھ رہا ہوں اس کو میں نے اپنی جوانی میں خوب آزمایا ہے۔ اسم یاقوتِ حجاب اسم اعظم سے کم نہیں ہر کام میں کامیابی ہوتی ہے سوائے جنت اور جادو کے علاوہ ہر کام میں اسم اعظم ہے طریقہ نوٹ فرمائیں۔ سب سے پہلے اپنی طاقت کے مطابق صدقہ کریں پھر اس کے بعد غسل اور پاک صاف کپڑے پہنیں اور وضو کریں جب صدقہ کریں تو دل میں کام کی نیت کریں۔ اس کے بعد صبح دس بجے سے گیارہ بجے تک اول و آخر پچیس دفعہ درود شریف پڑھیں یہ ایک گھنٹہ بہت اہم ہے۔ 100 مرتبہ اسم یاقوتِ حجاب پڑھیں۔ سو کی تعداد کو بہت ہی احتیاط کے ساتھ پڑھنا ہے نہ زیادہ ہونے کی کم ہو کم یا زیادہ کی صورت میں یہ

چھوٹا سا وظیفہ چالیس دن اور ملا اپنا گھر
محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کا بہت زیادہ شکر گزار ہوں کہ اس دور میں بھی لوگ عبقری کی وجہ سے اللہ سے دور نہیں ہیں۔ ہمارا اپنا گھر نہیں تھا ہم اپنی باقی کے گھر میں رہتے تھے۔ اپنے گھر کے حصول کیلئے میں نے ایک جگہ پڑھا تھا کہ عشاء کی نماز کے بعد آیت اکرسی اکتالیس مرتبہ پڑھ کر اللہ سے دعا کریں اور یہ عمل چالیس دن کرتا ہے۔ ثابہ کے دن بعد میں پورے کر لیں۔ ابھی یہ وظیفہ کر رہی تھی کہ اللہ نے ہمیں اپنا گھر دے دیا۔ رشتہ میں بندش فوری ختم: میری چھوٹی بہن پر رشتہ کی بندش تھی لاکھ کوششوں کے باوجود بھی رشتہ نہیں ہو رہا تھا پھر ہماری مسجد کے قاری صاحب نے ایک عمل بتایا کہ سورۃ بقرہ روزانہ ایک مرتبہ چار لوگوں نے مل کر پڑھنی ہے اور یہ عمل مسلسل چھ دن کرتا ہے۔ سورۃ پڑھ کر پانی پر دم کر کے وہ دم والا پانی پینے کو پلاتا ہے۔ اس عمل سے میری بہن کا بہت اچھی جگہ رشتہ ہو گیا اور اب وہ اللہ اللہ بہت خوش ہے۔ وظیفہ نمبر 2: سورۃ اہزاب تین جمعرات سات لوگ ایک نشست میں بیٹھ کر تین تین دفعہ پڑھیں۔ انشاء اللہ بڑی جلد رشتہ ہو جائے گا۔ میری بھتیجی کا رشتہ نہیں ہو رہا تھا کسی نے بتایا ہم نے کیا اور رشتہ ہو گیا۔ (رومیہ۔ن)

انجام معلوم: اگر کسی شخص نے کسی چیز کا انجام معلوم کرنا ہو کہ وہ اس کیلئے اچھی ہے یا بُری تو اسے چاہیے کہ یا علیحدہ کوسات دن تک سوتے وقت روزانہ 900 مرتبہ پڑھ کر بات کے بغیر سوجائے۔ خواب میں اشارہ مل جائے گا۔

سفر نامہ حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم

آٹھ اکتوبر بروز جمعرات ساری رات کا سفر کیا 1305 کلومیٹر سفر کرنے کے بعد صبح تقریباً پانچ بجے احمد پور پہنچے۔ حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کے بڑے بھائی محمد خالد محمود چغتائی صاحب کے ہاں ناشتہ تناول فرمایا۔ ناشتہ کے بعد صحرا کے سفر کیلئے گاڑی پر سامان باندھا اور گاڑی کے ماتر تبدیل کیے۔ ڈیر اور پہنچے جہاں اپنے ساتھی قاضی اللہ دت صاحب سے ملاقات کی۔ اس کے بعد صحرائی لوگوں سے ملاقات کیلئے سفر خرابی سے پیدا ہوتے ہیں۔ عموماً دانتوں کی صفائی کا خیال نہ رکھنے کی وجہ سے مسوڑھوں میں طرح طرح کے جراثیم پرورش پاتے ہیں اور پھر معدے میں جاتے ہیں اور طرح طرح کے امراض کا سبب بنتے ہیں۔ 'تو تھ برش' 'مسواک' کاغذی بالہ نہیں۔ نقصانات: جب برش کو ایک بار استعمال کر لیا جاتا ہے تو اس میں جراثیم کی تہہ جم جاتی ہے جس میں جراثیم نشوونما پاتے رہتے ہیں۔ برش کرنے سے دانتوں کی اوپری قدرتی چمک اتر جاتی ہے۔ برش کے استعمال سے مسوڑھے آہستہ آہستہ اپنی جگہ چھوڑ جاتے ہیں جس سے دانتوں اور مسوڑھوں کے درمیان خلا پیدا ہو جاتا ہے اور اس میں غذا کے ذرات پھنس جاتے ہیں جس میں جراثیم کو گھر مل جاتا ہے اور دیگر بیماریوں کے علاوہ آنکھوں کے امراض بھی جنم لیتے ہیں۔ اب میں قارئین کو اپنے چند آزمودہ نسخہ جات بتاتا ہوں: سردیوں میں ہاتھ اور پاؤں پھلنے کا علاج: سخت سردی کی وجہ سے بعض اوقات ہاتھ، پاؤں اور ہونٹ پھٹ جاتے ہیں اور ان میں چیرے پڑ جاتے ہیں جس سے کافی تکلیف ہوتی ہے اس کا علاج یہ ہے کہ رات کو آگ کے سامنے بیٹھ کر متاثرہ جگہ پر پیاز کا کھڑا ملے۔ دل کی شریانیں کھولنے کا آزمودہ نسخہ: حوالثانی: لیون کارس ایک پیالی۔ اور کارس ایک پیالی۔ لیون کارس ایک پیالی۔ سب کارس ایک پیالی۔ ان چاروں کو کس کر کے ہلکی آگ پر آدھ گھنٹہ

(ابوداؤد)۔ 3۔ تم مسواک کو لازم پکڑ لو کہ یہ منہ کو پاک کرنے والی ہے۔ (مسند امام احمد)

منہ کے چھالوں کا آزمودہ علاج: بعض اوقات گرمی اور معدہ کی تیزابیت سے منہ میں چھالے پڑ جاتے ہیں اور اس مرض سے خاص قسم کے جراثیم منہ میں پھیل جاتے ہیں اس کیلئے منہ میں تازہ مسواک ملیں اور اس کے لعاب کو کچھ دیر تک منہ کے اندر پھراتے رہیں ایسا کرنے سے چھالے ختم ہو جاتے ہیں۔ 'تو تھ برش' مسواک کاغذی بالہ نہیں: ماہرین کی تحقیق کے مطابق 80 فیصد امراض معدہ اور دانتوں کی خرابی سے پیدا ہوتے ہیں۔ عموماً دانتوں کی صفائی کا خیال نہ رکھنے کی وجہ سے مسوڑھوں میں طرح طرح کے جراثیم پرورش پاتے ہیں اور پھر معدے میں جاتے ہیں اور طرح طرح کے امراض کا سبب بنتے ہیں۔ 'تو تھ برش' 'مسواک' کاغذی بالہ نہیں۔ نقصانات: جب برش کو ایک بار استعمال کر لیا جاتا ہے تو اس میں جراثیم کی تہہ جم جاتی ہے جس میں جراثیم نشوونما پاتے رہتے ہیں۔ برش کرنے سے دانتوں کی اوپری قدرتی چمک اتر جاتی ہے۔ برش کے استعمال سے مسوڑھے آہستہ آہستہ اپنی جگہ چھوڑ جاتے ہیں جس سے دانتوں اور مسوڑھوں کے درمیان خلا پیدا ہو جاتا ہے اور اس میں غذا کے ذرات پھنس جاتے ہیں جس میں جراثیم کو گھر مل جاتا ہے اور دیگر بیماریوں کے علاوہ آنکھوں کے امراض بھی جنم لیتے ہیں۔ اب میں قارئین کو اپنے چند آزمودہ نسخہ جات بتاتا ہوں: سردیوں میں ہاتھ اور پاؤں پھلنے کا علاج: سخت سردی کی وجہ سے بعض اوقات ہاتھ، پاؤں اور ہونٹ پھٹ جاتے ہیں اور ان میں چیرے پڑ جاتے ہیں جس سے کافی تکلیف ہوتی ہے اس کا علاج یہ ہے کہ رات کو آگ کے سامنے بیٹھ کر متاثرہ جگہ پر پیاز کا کھڑا ملے۔ دل کی شریانیں کھولنے کا آزمودہ نسخہ: حوالثانی: لیون کارس ایک پیالی۔ اور کارس ایک پیالی۔ لیون کارس ایک پیالی۔ سب کارس ایک پیالی۔ ان چاروں کو کس کر کے ہلکی آگ پر آدھ گھنٹہ

اس کام نہیں کرے گا میری طرف سے سب کو اجازت ہے۔ آپ کو گھریلو پریشانی ہے آپ کو نوکری چاہیے آپ کو دولت حلال چاہیے آپ نے بزرگان دین سے ملاقات کرنا ہے یہاں تک کہ حضرت خضر علیہ الصلوٰۃ والسلام کے علاوہ آپ کے بھائی حضرت الیاس علیہ الصلوٰۃ والسلام مراقبہ کی حالت میں ظاہری طور پر آپ سے ملاقات کریں گے۔ انشاء اللہ تعالیٰ جس بزرگ سے ملاقات کرنا چاہتے ہیں اسی طریقہ سے ملاقات ہو جائے گی۔ ظاہری طور پر آپ سے سلام دعا بھی ہوگی۔ یہاں تک اگر بارش کیلئے دعا کریں تو وہ بھی انشاء اللہ اس دن ہو جائے گی۔ اجتماعی کام ہو جو کہ شریعت میں جائز ہو انشاء اللہ اسی دن سے برکات شروع ہو جائیں گی۔ لاعلان بیماری کا اس دن سے فائدہ شروع ہو جائے گا جو بھی انفرادی کام ہو یا اجتماعی صدقہ اور ناکم کی اور تعداد کی پابندی کرنی ہے اس کے بعد مندرجہ بالا طریقہ سے اپنی حاجات کیلئے دعا کریں۔ (محمد اسلم کراچی)

مسواک اپنائیں معدہ تندرست بنائیں
محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کے رسالہ کی جتنی تعریف کی جائے کم ہے۔ آپ اس کے ذریعے انسانوں کی خدمت کر رہے ہیں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو لمبی عمر عطا فرمائے اور آپ اور آپ کے گھر والوں کو اپنی حفظ و امان میں رکھے۔ آمین! مسواک کے بارے میں بچہ جانتا ہے کہ وضو میں مسواک کرنا سنت ہے اور اس سنت کی برکتوں کا کیا کہنا۔ مسواک میں بے شمار دینی اور دنیاوی فوائد ہیں اس میں کئی کیماوی اجزا ہیں جو دانتوں کو ہر طرح کی بیماری سے بچاتے ہیں۔ مسواک سے قوت حافظہ بڑھتا ہے اور سر کی رگوں کو سکون ملتا ہے۔ معدہ تندرست، نظر تیز اور بطن دور ہوتا ہے۔ مسواک کے بارے میں احادیث: جب سرکار مدینہ صلی اللہ علیہ وسلم اپنے گھر مبارک میں داخل ہوتے تو سب سے پہلے مسواک کرتے۔ (صحیح مسلم)۔ 2۔ جب حضور صلی اللہ علیہ وسلم نیند سے بیدار ہوتے تو مسواک فرماتے۔

شک ڈپریشن، ٹینشن اگر آپ تالا لگا کر لوٹتے ہیں اور گھر پہنچ کر شک میں مبتلا ہو جاتے ہیں کہ پتہ نہیں تالا لگا یا ہے یا نہیں اور پھر دکان، ورکشاپ پہنچ کر دوبارہ چیک کرنے جاتے ہیں۔ اگر آپ غسل کے دوران پوری تنگی خالی کر دیتے ہیں اور آپ سمجھتے ہیں آپ ابھی تک پاک نہیں ہوئے۔ اگر آپ ٹینشن کے مریض ہیں نا معلوم کون سا غم اندری اندر آپ کو کھائے جا رہا ہے۔ اگر آپ بیٹھے بیٹھے کہیں کھو جاتے ہیں۔ اگر کوئی خیال آپ کے ذہن میں آنک گیا ہو اور منظر سے غائب ہونے کی بجائے اس نے آپ کو عاجز کر دیا ہو تو رات کو سوتے وقت اول آخر تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ اَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطٰنِ الرَّجِيْمِ پڑھیے۔ اللہ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ۔ کی گیارہ تسبیحات پڑھ کر سو جائیں اور صبح بستر سے اترنے سے پہلے یہ عمل کر لیں۔ (تویر اقبال، لمہودالی)

دو آدمیوں کا پیٹ نہیں بھرتا: حضرت امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ دو آدمیوں کا پیٹ بھی نہیں بھرتا ایک طالب علم اور دوسرا طالب مال۔

تک ابا لیے۔ جب ایک پیالی رس کم رہ جائے تو چوبیسے سے اتار لیں اور ٹھنڈا کر کے اس میں تین پیالی شہد ملا لیں اور بوتل میں ڈال دیں اس دوائی کو روزانہ نہار منہ دو سے تین چمچ پی لیتے۔ کچھ ہی دنوں میں انشاء اللہ دل کی بندش یا نہیں کھل جائیں گی۔ گردہ کے درد اور پتھری کیلئے: مولیٰ اور آلو (ہموزن) بھون کر حسب ضرورت سوئف ٹمک کالی مرچ شامل کر کے استعمال کی جائے۔ گردے کے درد اور پتھری کیلئے بے حد مفید ہے۔ یہ نسخہ جات استعمال کریں۔ (کلم اللہ فی پھاڑ پورا)

پودینہ کے چند پتوں سے صحت پائیں

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! قے کیلئے ایک زبردست گھریلو نسخہ حاضر خدمت ہے جو کہ میری دادی اماں نے ہمیں بتایا ہے۔ خود بھی وہ اپنے پوتوں پوتیوں اور نواسوں نواسیوں کو سالہا سال سے بنا کر دیتی آئی ہیں کبھی ڈاکٹر سے دوا نہیں لی۔ حوالثانی: پودینہ کے چند پتے چکنی بھر خشک ثابت دھنیا دارچینی ایک لکڑی کا ٹکڑا سوئف ایک چمچ، پھنی پیٹھے کیلئے اور آدھا لیٹوں۔ طریقہ: ایک پیالی پانی کی چوبیسے پر رکھیں جب پانی گرم ہونے لگے پودینہ دھنیا سوئف دارچینی میٹھا ڈال دیں اور اچلے دیں جب پانی کا رنگ قہرے کی مانند ہو جائے تو اتار کر چھان لیں اور نیم گرم آدھا لیٹوں نچوڑ کر مریض کو دیں دن میں دو بار ایسا کریں انشاء اللہ قے دوبارہ نہیں آئے گی۔ نہایت سستا اور آسان ہے۔ (م۔م۔ بھکر)

جادو، جنات، گھریلو پریشاناں دور

اور فیسی رزق کے دروازے کھولائیں

بسم اللہ الرحمن الرحیم کے خواص: مجربات دیرنی کے صفحہ نمبر چار پر شیخ احمد دیرنی فرماتے ہیں کہ بسم اللہ کے بعض خواص میں سے ایک یہ ہے کہ اگر کوئی محرم کی کیم تارخ کو پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن ایک کاغذ پر 113 بار لکھ کر اپنے پاس رکھے تو پوری زندگی اس کو کوئی ناخوشگوار واقعہ پیش نہ آئے۔ بعض صالحین سے منقول ہے کہ جو آدمی پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن کو بارہ ہزار بار پڑھے اور ہر ایک ہزار کے بعد دو رکعت نماز پڑھے اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم پر درود پڑھے اور اس کے ساتھ اللہ تعالیٰ سے اپنی حاجت کا سوال کرے پھر دوبارہ پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن پڑھے اور ایک ہزار کے بعد درود شریف اور دو رکعت نماز پڑھ کر طلب حاجت کرے۔ اسی طرح پڑھتا رہے یہاں تک کہ

بارہ ہزار عدد مذکور پورے ہو جائیں جس جو کوئی اس پر عمل کرے گا حاجت اس کی جس طرح کی ہوگی۔ باذن اللہ پوری ہوگی۔ (مجربات دیرنی ص 4)۔ جو آدمی پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن 786 بار متواتر سات دن جس کام کے واسطے پڑھے گا خواہ نفع حاصل کرنے کے واسطے ہو یا مصیبت ہٹانے کے واسطے ہو یا کاروبار کے واسطے انشاء اللہ وہ مقصد پورا ہوگا۔ (مجربات دیرنی ص نمبر 4)۔ خزینۃ الاسرار للذاتی میں لکھا ہے کہ جو آدمی رات کو سوتے وقت اکیس مرتبہ پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن پڑھ کر سوئے وہ تمام انسانی شیطانی شرارتوں سے اور جن بھوت آگ سے محفوظ رہے گا۔ مرگی والے کے کان میں آگتالیس مرتبہ پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن پڑھ کر دم کرنے سے وہ ہوش میں آجاتا ہے۔ درو یا جادو وغیرہ پر متواتر لگا تار سات دن سو سو مرتبہ پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن پڑھنے سے درو یا جادو دور ہو جاتا ہے۔ اتوار کی صبح سورج نکلنے ہی 313 مرتبہ پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن اور سو دفعہ درود شریف پڑھنے سے غیبی رزق کا دروازہ کھل جاتا ہے۔ اکیس مرتبہ پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن لکھ کر بچوں کے گلے میں ڈالنے سے بچہ تمام آفات و بلیات سے محفوظ رہتا ہے۔ پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن اکٹھ بار کسی کاغذ پر لکھ کر جس عورت کی اولاد زندہ نہ رہتی ہو وہ اس کو اپنے پاس لکھ کر بطور تعویذ رکھے انشاء اللہ اس کی اولاد زندہ رہے گی یہ امر مجرب اور آزمودہ ہے۔ (مجربات دیرنی) اگر کوئی آدمی پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن اکٹھ بار کسی کاغذ پر لکھ کر اپنے کھیت میں فنی کرے تو موجب ہے سرسبز کھیت و فراوانی نلہ و حفاظت از جملہ آفات و باعث حصول برکت ہوگا۔ (مجربات دیرنی صفحہ نمبر 6)

ایک مرد صالح نے کہا کہ جو کوئی پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن چھ سو بچیں بار لکھ کر اپنے پاس رکھے گا اللہ تعالیٰ اس کو بہت عظیم ثواب دے گا۔ کوئی آدمی اس کو نقصان نہیں دے سکتا۔ باذن اللہ (کتاب الدعاء والدعاء للخواص ص 17) امام رازی رحمۃ اللہ علیہ تفسیر کبیر جلد اول صفحہ نمبر 168 پر پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن کی برکات فرماتے ہوئے لکھتے ہیں کہ فرعون نے دجوسے الوہیت کرنے سے پہلے ایک مکان بنایا تھا اس کے بیرونی دروازے پر پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن لکھی تھی جب اس نے خدائی دعویٰ کیا اور حضرت موسیٰ علیہ الصلوٰۃ والسلام نے اس کو تبلیغ کی اس نے قبول نہ کی تو حضرت موسیٰ علیہ الصلوٰۃ والسلام نے اس کے حق میں بدوعا کی کہ ”خداوند نے اس خبیث کو

کس کیلئے مہلت دے رکھی ہے“ وہی آئی اسے موسیٰ ایہ تو ہے اس قابل ہے کہ اس کو ہلاک کر دیا جائے لیکن اس کے دروازے پر پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن لکھی ہے جس کی وجہ سے وہ عذاب سے بچا ہوا ہے اسی وجہ سے فرعون پر گھر میں عذاب نہیں آیا بلکہ وہاں سے نکال کر دریا میں غرق کر دیا گیا۔ سبحان اللہ! جب ایک کافر کا گھر پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن کی برکت سے عذاب سے بچ گیا اگر کوئی مسلمان اس کو اپنے دل و دماغ میں اور زبان میں لکھ لے تو کیوں نہ وہ عذاب الہی سے محفوظ رہے گا۔ حضرت مولانا شاہ عبدالعزیز رحمۃ اللہ علیہ تفسیر عزیزی میں لکھتے ہیں کہ مفسرین نے کہا ہے کہ جب طوفان نوح نے اپنے خوفناک عذاب کے چنگل میں گھیر لیا اور حضرت نوح علیہ الصلوٰۃ والسلام اپنی کشتی میں سوار ہوئے تو وہ بھی خوف غرق سے بہت ہراساں تھے۔ انہوں نے غرق سے نجات پانے کیلئے اور اس عذاب خداوندی سے محفوظ رہنے کیلئے پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن لکھا۔ اس گمراہی کی برکت سے ان کی کشتی غرقابی سے محفوظ و سالم رہی۔ مفسرین کہتے ہیں جب اس آدمی کی وجہ سے بسم اللہ مجرہا و مرسہا سے اتنے بہت ناک طوفان سے نجات حاصل ہوئی تو جو آدمی اپنی پوری زندگی اس پورے کلمے یعنی پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن سے اپنے کام کی ابتدا کرے تو وہ نجات سے کیوں کر محروم ہو سکتا ہے۔ (تفسیر عزیزی ص 16) (تفسیر کبیر جلد 1 ص 169) حضرت سلیمان علیہ الصلوٰۃ والسلام نے جب بقیعس ملک یمن کو پہلا خط لکھا تو ان میں سلیمان دانہ پشیدہ اللہ الزخمن الزخمن الزخمن لکھا تو اس کی برکت سے بقیعس ان کے نکاح میں آئی اور ان کا پورا ملک

کمر اور مانگوں کے لاجب طاقت! آزمودہ نسخہ

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس اعصابی طاقت، مردانہ طاقت، کمر کی طاقت، مانگوں پٹھوں کی طاقت کیلئے ایک آزمودہ نسخہ ہے جو میں قارئین عبرتی کی نذر کر رہا ہوں۔ حوالثانی: وہی کلمی گائے آدھ کلو شہد آدھ کلو موسلی سفید پانچ تولہ انڈا دیسی زردی 12 عدد۔ ترکیب: قتلہ میں گھی ڈال کر ایک منٹ بعد شہد ڈال کر تین منٹ بعد انڈوں کی زردی ڈال کر مسلسل پانچ منٹ تک ہلاتے رہیں۔ اس کے بعد موسلی سفید شامل کر کے دو منٹ پکائیں۔ اتار کر ٹھنڈا کر کے محفوظ رکھیں۔ ایک چمچ صبح و شام کھانے کے بعد استعمال کریں۔ چند ہفتے متواتر استعمال کریں اور کمال دیکھیں۔ (خالد بھٹی احمد پور شریق)

حضرت سلیمان علیہ الصلوٰۃ والسلام کے قبضے میں آیا (تفسیر کبیر ج 1، ص 169) حضرت عیسیٰ علیہ الصلوٰۃ والسلام کا ایک واقعہ: ایک دفعہ قبرستان سے گزر رہا تو دیکھا ایک آدمی کو نہایت شدت کے ساتھ غذاب دیا جا رہا ہے دیکھ کر حضرت عیسیٰ علیہ الصلوٰۃ والسلام چند قدم آگے تشریف لے گئے۔ نہا کر وضو کر کے واپس ہوئے اب جو واپسی پر اس قبر سے گزrے تو دیکھا کہ اس قبر میں نوری نور ہے اور وہاں رحمت الہی کی بارش ہو رہی ہے۔ آپ بہت حیران ہوئے اور بارگاہِ الٰہی میں عرض کیا کہ مجھے اس کا راز بتایا جائے۔ ارشاد ہوا کہ روح اللہ یہ آدمی بہت سخت گنہگار تھا اس وجہ سے غذاب الٰہی میں گرفتار تھا لیکن اس نے اپنی حاملہ بیوی چھوڑی تھی اس کے ہاں لڑکا پیدا ہوا اور آج اس کو کتبہ بھیجا گیا اور وہاں اس کو پشیم اللہ الوُحْشَنِ الرَّجْمِ پڑھائی گئی جسے حیات کی کڑمیں کے اندر اس آدمی کو غذاب دیا جا رہا ہے جس کا بچہ زمین پر اللہ کا نام لے رہا ہے۔ (تفسیر کبیر جلد 1 ص 176)

حضرت خالد بن ولید رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے پاس کوئی آدمی نہ رہا پانی لایا اور کہا کہ اگر آپ اس نہر کو پی کر صحیح سلامت زندہ رہیں تو ہم جان لیں گے کہ آپ کا مذہب اسلام سچا مذہب ہے۔ آپ نے بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ پڑھ کر وہ نہر پی لیا اور اللہ کے فضل سے کچھ بھی اثر نہ ہوا۔ قیصر روم کو بڑی شدت سے دردمن ہوا علاج و معالجہ سے مایوسی کے بعد اس نے حضرت عمر فاروق اعظم رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی خدمت میں لکھا کہ مجھے دردِ سر کی شکایت ہے کچھ علاج کیجئے۔ آپ نے اس کے پاس ایک ٹوپی بھیجی جب بادشاہ وہ ٹوپی اوڑھتا تو سر کا درد ختم ہو جاتا۔ جب اتار دیتا تو سر کا درد دوبارہ شروع ہو جاتا۔ اس کو سخت تعجب ہوا۔ اس نے ٹوپی کو کھلوا کر دیکھا تو اس میں ایک پرچہ لکھا ہوا تھا جس میں بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ لکھا تھا۔ (تفسیر کبیر جلد 1، ص 171) نیز علماء نے یہ بھی کہا ہے کہ دن رات کے چوبیس گھنٹے ہوتے ہیں۔ پانچ گھنٹوں کے لیے پانچ وقت کی نماز مقرر ہے اور بقیہ انیس گھنٹوں کیلئے انیس حروف عطا فرمائے تاکہ انیس گھنٹوں کیلئے انیس حروف عطا فرمائے تاکہ انیس گھنٹوں میں ہر نشست برخواست ہر حرکت و سکون اور ہر کام کے وقت ان انیس حروف کے ذریعے سے برکت حاصل ہو یعنی ان حروف بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ کی برکت سے یہ انیس گھنٹے بھی عبادت میں لکھے جا سکیں۔ (تفسیر عزیزی جلد 1 ص 16)

پسبح اللہ الرحمن الرحیم کی برکات میں سے ایک یہ ہے کہ حضور اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: جب کوئی آدمی بیت الخلاء جاتا ہے تو اس کو چاہیے کہ پسبح اللہ الرحمن الرحیم پڑھے تاکہ اس کی وجہ سے اس کی شرمگاہ اور جنات کے درمیان پردہ واقع ہو جائے یعنی جب کوئی آدمی تسمیہ کہہ کر بیت الخلاء جاتا ہے تو اس کا خاصہ یہ ہے کہ ان کی نظر اس کی شرمگاہ کی طرف نہیں جاتی لہذا جب اس کی تاثیر یہ ہے کہ یہ آیت انسان اور جنات کے درمیان پردہ بن جاتی ہے تو امید ہے کہ یہ ایک مسلمان اور عذاب عقبی کے درمیان بھی یقیناً پردہ بن کر حاکم ہوگی۔ (تفسیر عزیزی)

حضرت بشر حافی رحمۃ اللہ علیہ نے ایک پرچہ پر پسبح اللہ الرحمن الرحیم لکھی ہوئی زمین پر پانی 'اس کو اٹھالیا' ان کے پاس سوائے دو درہم کے اور کچھ نہ تھا' خوشبو خرید کر آپ نے اس پرچہ پر خوشبو لگائی، اس کے صلہ میں خواب کے اندر آپ کو فرمایا: اے بشر! تو نے میرے نام کو خوشبودار بنایا میں تیرے نام کو دنیا و آخرت میں خوشبودار بناؤں گا۔ (کتاب الداء والدواء للصابغ ص ۷۱) (تفسیر کبیر ص ۷۱) (محمد صبی اللہ بھٹائی ٹانک)

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم اللہ تعالیٰ آپ کو آپ کے سارے عبقری کے عمل کو ایمان اور صحت والی دراز زندگیاں عطا فرمائے۔ میں عرصہ چھ ماہ قبل عبقری سے متعارف ہوئی، جب کان کی ایک پٹی اس کو پڑھ رہی تھی۔ اس میں ایک عمل لکھا تھا میں نے کیا اللہ نے فوراً میری حاجت پوری کی۔ تقریباً چھ سال سے میں ادون لینا چاہتی تھی پیسے اکٹھے کر کے بھائی کو دیے مگر ادون تھا کہ آنے کا نام ہی نہ لیتا تھا۔ گیس کی لوڈ شیڈنگ کے زمانے میں ضرورت اور بھی شدید تھی، تنہی ہی بار اپنی بے بسی پر اللہ کے حضور روتی، گڑگڑائی، استغفار کیا مگر کام نہ دار۔ پٹی سے رسالہ عبقری لیا تو لکھا تھا اگر کوئی بندہ نکل کر تاو توفیق کھینکے گا اللہ وھو الشیخین العلیین (۱۲۹) کی تسبیح ص ۷ شام ایک بجے تک پڑھیں۔ عالم بندے سے جان چھوٹ جائے گی۔ قاری نے لکھا تھا کہ میرے بیٹے کو اس کا باس بہت نکل کر تھا میں نے ایک ماہ یہ تسبیح کی تو اس کی ٹرانسفر ہو گئی اور میرے بیٹے کو اس کی دھمکیوں اور اذیت سے اللہ پاک نے نجات دلا دی۔ یہ پڑھ کر میں نے یہ تسبیح ادون کیلئے پڑھا شروع کر دی واللہ ابھی تسبیح کرتے چوتھا دن تھا کہ بھائی نے ادون بھیج دیا اور میں عبقری کی دیوانی ہوئی کہ اللہ کریم نے میری استغفار کو قبول فرما کر مجھے عبقری سے متعارف کروایا۔

یونہی میرے گھر کے حالات بچھلے بیس سال سے بڑے مخدوش چارہے تھے رزق کی کمی نے گھر میں لڑائیوں تک کو جنم دے دیا تھا، ادھر مایاں سے خرچہ مانگا، ادھر توں تراخ شروع، رمضان المبارک کے شمارے میں 27 ویں شب کا عمل پڑھا کہ سات جو کے دانوں پر 129 مرتبہ سورہ کوثر پڑھو اور اول و آخر درود ابراہیمی گیارہ گیارہ مرتبہ پڑھ کر دانوں پر دم کیا۔ بس چناب تب سے اب تک سورہ کوثر سات بار اول و آخر درود شریف کے ساتھ گیارہ یا سات مرتبہ پڑھتی ہوں۔ اللہ کریم نے کرم کیا میں جو کسی دن سو روپے کیلئے بھی پریشان ہوتی تھی اور اللہ سے درود عرض کرتی تھی کہ مالک اب کالج جا رہی ہوں کوئی بچی خرچ کا نہ کہہ دے اللہ رحیم و کریم عزت رکھ لیتا۔ اب سورہ کوثر سے اللہ نے فنی کر دیا۔ اب پرس اللہ کریم نے جیپوں سے بھر دیا ہے۔ پندرہ سال پرانی مصیبت ایک دم سے ختم: میرے ادارے میں کچھ بچیوں کے ساتھ ایک مسئلہ تھا کہ ادھر بچیوں کے ہیچر کا وقت آتا تو ادھر بچیوں کی آنکھ پر دانہ پھنسی اگل آتا۔ پڑھتیں تو کیا الٹا تکلیف میں مبتلا ہو جاتیں! پندرہ سال سے اکثر بچیوں کو اس مسئلہ کا سامنا تھا۔ عبقری میں ایک عمل آیا کہ "بادشعوز اور تسبیح کے بعد تین بار درود ابراہیمی پڑھیں پھر ایک سانس میں سورہ مدثر کی آیت شمارہ لا تُبْقِعُ وَلَا تَذْذُرُ ﴿۱۸﴾ گیارہ بار پڑھ کر آنکھوں پر چھوٹک دیں۔ ایسا تین چار بار کرنے سے پھنسی ختم ہو جائے گی اور بھی ٹپکے گی نہیں۔ الحمد للہ! بس جناب اما مالک الملک نے کرم فرمایا یہ دم کرنے سے بچیوں کی آنکھیں ٹھیک ہو گئیں بلکہ اب تو کسی بچی کی آنکھ دیکھنے آئے تو یہی پڑھ کر دم کرتی ہوں۔ ڈاکٹر کے پاس جانے کی ضرورت ہی نہیں رہتی۔ اللہ تعالیٰ شفاء عطا فرما دیتے ہیں۔ (ام معاویہ سرگودھا)

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! آپ سدا سلامت رہیں! آمین! میں عبقری میں سے دیکھ کر کھلے کا حلیفہ پڑھتی ہوں جو کہ بہت اچھا جا رہا ہے، حلیفہ پڑھ کر دل کو بہت سکون ملتا ہے اور میں خوش محسوس کرتی ہوں! بیت الاخلاقی و عا اور وضو کی دعا کا اپنی بیٹیوں کو بھی عادی بنایا ہے اور میں خود بھی پڑھتی ہوں۔ عبقری میں سے پڑھ کر سورہ کوثر پڑھتی ہوں! اپنی تنخواہ پر بھروسہ مارتی ہوں! اللہ ملے! اگلی تنخواہ تک پیسے بچ جاتے ہیں۔ پھر خدا کا شکر ادا کرتی ہوں اور دعا کرتی ہوں کہ یا اللہ مجھے کسی کا محتاج نہ کرے! صرف اپنے در کا محتاج بنانا۔ اس وقتنے کا ایک اور کمال یہ ہوا کہ میری ہر گھر میں

۱۱) واپس لگوا لگوا کر غزرتی تھیں مگر گزشتہ گرمیوں میں

اضافہ رزق کیلئے: اس وظیفہ کو دن میں ایک مرتبہ 1100 مرتبہ پڑھنے سے نبی رزق کے خزانے کھل جاتے ہیں: **اللّٰہُمَّ یَسِّرْ لِّیْ رِزْقَیْ بِیْسُطٍ اَلَّذِیْ یَسِّرُ لِّیْ رِزْقَیْ بِیْسُطٍ**۔

ڈاکٹر کے پاس ایک مرتبہ بھی نہیں گئی اور میری گرمیاں بہت پرسکون گزریں اور مجھے خود میں ایک نئی طاقت محسوس ہو رہی ہے۔ آپ کو دعا دیتی ہوں اللہ آپ کو سلامت رکھے اور خوش رکھے آمین ثم آمین۔ میں آپ کو روزانہ ایک تسبیح یا تحفہ یا تسلاہ کی پڑھ کر ہدیہ کرتی ہوں آپ کی اور آپ کے عبقری کے پورے نظام کی دعا کرتی ہوں اور نبی امداد اور قیامت تک حفاظت کیلئے دعا کرتی ہوں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو سلامت رکھے اور اپنے مشن میں کامیاب کرے۔ (خ، ع)

مالا مال ہونے کے آسان وظیفہ جات

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ پاک آپ کو درازی عمر بالخیر عطا فرمائیں۔ ہماری دکان میں کچھ عرصہ پہلے چوری ہوئی جس کی وجہ سے ہم پر بہت زیادہ قرض تھے۔ مجھے کسی نے آپ کی کتاب ”صلوۃ التسبیح کے کرشمات“ دی تو میں اور میرے شوہر نے قرض اتارنے کی نیت سے صلوۃ التسبیح پڑھنا شروع کر دی۔ دو روز بعد میرے والد صاحب اور بھائی جو کہ ہمارا جائیداد کا حصہ دینے سے انکاری تھے اور ہمیں یقین تھا کہ وہ کبھی ہمیں نہیں دیں گے فون آیا کہ ہم نے زمین بیچ دی ہے اور آکر پانچ لاکھ کا چیک لے جاؤ اور باقی دس لاکھ بڑھ دو ماہ میں ملے گا۔ خیر چیک مل گیا اور میاں کو ساڑھے تین لاکھ دے دیا جس سے ہمارا قرض بھی اتر گیا اور دکان پھر دوبارہ سامان سے بھر گئی۔ ایک اور خاص عمل جو میں صلوۃ التسبیح پڑھنے سے پہلے بھی کرتی رہی اور اب بھی کر رہی ہوں جس کے پڑھنے سے اللہ نے مجھے مالا مال کر دیا اور غیب کے خزانوں سے بن مانگے عزت و برکت اور عافیت والا رزق عطا فرمایا۔ وہ برکت والی تحلی کا عمل ہے۔ میں نے دفتر ماہنامہ عبقری لاہور سے برکت والی تحلی منگوائی اور اس پر صبح و شام 129 مرتبہ سورہ کوثر پڑھتی ہوں اور جب بھی اس میں پیسے رکھتی یا نکالتی ہوں تو ایک مرتبہ سورہ کوثر پڑھ کر دم کرتی ہوں۔ اس عمل کی برکت سے ہی ہمیں پہلے پانچ لاکھ ملے پھر دس لاکھ بھی مل گئے۔ اب میرا اپنا اکاؤنٹ ہے اور میں نے اپنے بچوں کیلئے ایک چھوٹا سا پلاٹ بھی لیا ہے اور کچھ پیسے اپنے لیے رکھے ہیں۔ عمل اب بھی جاری ہے اور انشاء اللہ میرے دم تک جاری رہے گا۔ اس کے علاوہ سورہ فاتحہ و سورہ اخلاص کا عمل کرتی ہوں جو کہ یہ ہے۔ اول و آخر تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ ایک بار سورہ فاتحہ اور تین بار سورہ اخلاص پڑھتی ہوں۔

وظیفہ پڑھو جائے نماز سے اٹھو اور حاجت پوری: یہ عمل میں نے اپنی والدہ کی پرانی کتاب ”اعمال قرآنی“ سے لیا

ماہنامہ عبقری جنوری 2016ء شمارہ نمبر 115

تھا (والدہ کی کتاب سے مراد یہ کتاب ان کے پاس ہوتی تھی ان کے وفات کے بعد میں لے آئی) آپ سے تعلق سے پہلے میں نے اسے دوبار آزما یا ہے کامیاب رہا ہے دو ہزار مرتبہ بسم اللہ اس طرح پڑھیں کہ ہر ہزار کے بعد دو نفل حاجت کے پڑھیں جن بزرگوں کا عمل ہے انہوں نے کتاب میں لکھا ہے کہ جائے نماز سے نہ اٹھو گے کہ حاجت پوری ہوگی (بات کا مفہوم ہے)۔ ایک بار میرے میاں نے مجھے گھر سے نکال دیا، نوبت طلاق تک پہنچ گئی میں نے ساری رات پڑھا فجر پڑھ کر سوئی تو خواب دیکھا میاں لینے آئے ہیں۔ دن چڑھا تو واقعی انہوں نے آکر معذرت کی اور مجھے اسی دن عزت سے واپس گھر لے آئے۔ دوسرا قرض کی نیت سے پڑھا تھا دو سال پہلے پڑھ کر سوئی تو خواب میں دیکھا بہت سے پیسے میرے پاس ہیں اور قرض اتر گیا ہے مگر سارا نہیں۔ تب عید تھی میرے دیوروں اور بیٹھوں نے مل کر میرے میاں کا آدھا قرض تقریباً ساٹھ لاکھ کے قریب اتار دیا اور یہ بھی اسی روز ہوا تھا یہ بھی تیرہ ہدف ہے۔ (ق، ش)

سورہ مزمل سے رزق میں اضافہ

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! امید ہے آپ خیریت سے ہوں گے اور بارگاہ الہی میں التجا ہے کہ اہل اسلام پر آپ کا سایہ قائم رہے۔ آمین! میرے والد صاحب ملازمت کے ساتھ ساتھ کاروبار بھی کرتے رہے ہیں، گزشتہ کئی سالوں سے کاروبار زوال کا شکار تھا اور کوئی صورت نہیں نظر آتی تھی تو میرے والد صاحب نے مکان پر بینک سے سو پر پچیس لاکھ کا قرض لیا تھا اور اس پیسے سے کاروبار شروع کیا۔ دو تین سال کاروبار ٹھیک رہا مگر پھر زوال پذیر ہو گیا، ہماری دکان (جو کہ ہم نے کرائے پر لی ہوئی ہے) خالی ہو گئی۔ اس کا کرایہ اور بینک کا سود ہمارے سر پر تھا۔ اس وقت ایک بزرگ نے اکتالیس دفعہ اکتالیس دن تک سورہ مزمل پڑھنے کو کہا ہم نے یہ عمل کیا تو حالات بہت بہتر ہونا شروع ہو گئے اور میرے والد نے آئندہ سود پر قرض لینے سے توبہ کر لی۔ (سدرہ جمیل)

معدہ کی مریضہ قیمتی ادویات اور آسان نسخہ

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں آپ کا رسالہ عبقری پچھلے دو سال سے مسلسل پڑھ رہا ہوں۔ میں نے آپ کی ایک کتاب ”کلو نجی کے کرشمات“ دفتر ماہنامہ عبقری سے منگوائی۔ اس میں سے ہاضمہ کی ایک خاص دوا والا نسخہ بنا کر اپنی بھانجی کو دیا جو کہ معدے کی مریضہ تھیں اور ان کے معدے میں سوزش رہتی تھی کئی ڈاکٹروں سے بہت قیمتی اور

مہنگی دوا میں کھانے کے باوجود آرام نہیں آ رہا تھا۔ میں نے وہ بنا کر دی تو ساری انگریزی ادویات سے ان کی جان چھوٹ گئی اور اللہ پاک نے ان کو شفاء دے دی اب جو مرضی کھالیں ہر چیز ہضم ہو جاتی ہے۔ حوالہ ثانی: کلو نجی، اجوائن، سہاگہ بریاں، زیرہ سفید، کالی مرچ تمام اشیاء دو دو تولہ لیکر گرائنڈ کر لیں۔ آدھا چمچ دن میں دو بار کھانے سے پہلے یا بعد پانی کے ہمراہ۔ محترم حضرت حکیم صاحب! یہ نسخہ استعمال کرنے سے ان کی بہت ساری بیماریاں ٹھیک ہو گئی ہیں۔ مثلاً یورک ایسڈ، گیس، ہاضمہ، قبض، معدے کی سوزش سب کچھ صرف اس ٹونک سے ٹھیک ہو گیا۔ اللہ تعالیٰ آپ کو اور ماہنامہ عبقری کو دن و گئی رات چنگی ترقی عطا فرمائے اور آپ یونہی لوگوں کی خدمت کرتے رہیں۔ آمین!

آمدن بڑھانے کا آزمودہ خاص عمل

آزما کر دیکھ لیں!

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں پچھلے سات سال سے ماہنامہ عبقری بڑے ذوق شوق سے پڑھ رہا ہوں اور اس سے خوب فائدہ اٹھا رہا ہوں۔ میرے پاس کچھ اعمال ہیں جو میں ماہنامہ عبقری کے قارئین کی نذر کر رہا ہوں۔

آمدن بڑھانے کا خاص عمل

اس عمل کی بدولت حکیم، ڈاکٹر، وکیل اور دکاندار یا دیگر کاروباری لوگ فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ یہ عمل انہیں بہت زیادہ فائدہ دے گا اور آمدنی بڑھنا شروع ہو جائے گی۔ صبح کے وقت جب سورج ایک نیزہ بلند ہو جائے تو قرآن پاک کھول کر آرام سے بیٹھ کر سورہ رحمن سورج کی طرف منہ کر کے

سورہ مزمل سے آفات ٹلوائیں

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! جب سے آپ کے ساتھ سلسلہ جزا اللہ سے رابطہ بڑھا، اللہ کی طرف سے کوئی دوسرے کوئی ڈر کچھ پریشانی نہیں، ہر وقت ایک یقین ہے کہ اللہ ساتھ ہے۔ ہر وقت ہر مشکل میں ہر پریشانی میں بلکہ مجھے لگتا ہے اب میں پریشان ہوتی ہی نہیں ہوں اور کوئی پریشانی کبھی مجھ پر آئی نہیں سکتی۔ جن دنوں سیلاب آیا میں پریشان تھی کہ لوگ ڈوب جائیں گے، لوگ کیا کریں گے، میں نے خواب میں دیکھا کہ کوئی مجھے کہہ رہا ہے کہ سورہ مزمل لگا تار تین دن پڑھ اکتالیس مرتبہ روزانہ پڑھنی ہے۔ ایک ہی نشست میں۔ اس سے پریشانی، مشکل حل ہو جائے گی انشاء اللہ۔ میں نے دو دن ہی پڑھی اور دونوں دن بارش رک گئی تھی۔ مجھے جب بھی کوئی معاشی یا گھریلو پریشانی ہوتی ہے میں یہی درج بالا عمل پڑھتی ہوں مسئلہ حل ہو جاتا ہے۔ (عمارہ سلیم)

باپ کا بیٹے پر حق: حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ باپ کو کوئی عیب دینے کے لیے اس سے بڑھ کر نہیں کہ اس کی تعلیم و تربیت اچھی کرے۔

ضرور کریں۔ اولاد فرما کر ہمارے ہوجائے گی اور سکون آجائے گا۔ روزانہ کی پابندی کر لیں تو مزید فوائد بھی سامنے آئیں گے۔ اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود ابراہیمی پڑھیں اور درمیان میں 300 بار یہ اسمائے حسنیٰ پڑھیں۔ یا اُوکُوْدُ یا اَحْکَمُ یا اَمْتَانُ۔ اس عمل کے بعد 60 مرتبہ یہ اسم پڑھیں یا اُوکُوْدُ یا اَحْکَمُ یا اَمْتَانُ۔ صمدی بخار اور اس کا علاج: لایس، لا علاج، جب دق اور پتھر سے ہوئے بخار کیلئے ایک بزرگ نے یہ عمل بتایا ہے اور فرماتے ہیں کہ یہ میرا تجربہ شدہ ہے۔ اس کی برکت سے بہت سے لاعلاج مریض بھی شفا یاب ہوئے ہیں۔ قارئین! آپ بھی یہ عمل کریں اور کمال دیکھیں۔ عمل نہایت مختصر ہے۔ عصر کی نماز پڑھ کر اول و آخر درود ابراہیمی پڑھیں اور درمیان میں سورہ مجادلہ (پ 28) تین بار پڑھ کر مریض پر پھونک مار دیں۔ یہ عمل متواتر چالیس روز کریں تاخیر نہ کریں۔ انشاء اللہ اللہ پاک مریض کو ضرور شفا عطا کرے فرمائیں گے۔ دردمرک کیلئے عام عمل: اگر کسی وقت میں درود ہوجائے اور آرام نہ آ رہا ہو تو اول و آخر درود ابراہیمی کے ساتھ سورہ اعلیٰ (پ 30) کی دو ذیل آیت سات بار پڑھیں اور چینی کے اوپر دم کر کے مریض کو کھلا دیں۔ ہر ایک گھنٹہ کے بعد ایسے کرتے رہیں انشاء اللہ ضرور افاقہ ہوگا۔ آیت مبارکہ یہ ہے: **وَالَا مَآ شَاءَ اللّٰهُ اِنَّہٗ یَعْلَمُ الْخُفُوٰی وَ مَا یَخْفٰی (اعلیٰ، پ 30) (بندہ خدا داہنٹ)**

موٹاپا، خواتین اور متوازن غذا

باری تعالیٰ کی حسین ترین مخلوق عورت ہے یہ کتنے کی بات کسی بڑے مفکر یا فلاسفر نے کبھی تھی مگر اس نے یہ نہیں بتایا کہ اس حسن کو برقرار رکھنے کیلئے صحت کا ملکہ کی ضرورت ہے۔ اس کی تکمیل توانائی کے بغیر ناممکن ہے اور توانائی حاصل کرنے کا راز متوازن غذا میں مضمر ہے۔ متوازن غذا کیا ہوتی ہے؟ اس میں کیا کیا ہونا ضروری ہے؟ خواتین کو کیا اور کتنا کھانا چاہیے تاکہ وہ صحت مندرہ سکیں اور خوبصورت نظر آتی رہیں؟ نیز بیماری اور زندگی کے مختلف مراحل میں (جو ایک خاتون کی زندگی میں آتے رہتے ہیں) اپنی خوراک کا کس طرح خیال رکھنا چاہیے؟ ہم یہاں ان سوالوں کے جواب پیش کرتے ہیں۔ یہ بات تو باریہ ثبوت کو پہنچ چکی ہے کہ خواتین مردوں کی

بلڈ پریشر کا آخری لا جواب علاج

حوالہ: نبی: کالی مرجع: الہامی خشک و حنیف سفید زرد و صندل کا برادہ چھوٹی چندن۔ تمام ادویہ میوزن لیں۔ کوٹ چھان کر چھکی بنالیں۔ آدھا چھج دن میں تین بار سادہ پانی کے ساتھ کھائیں۔

بلڈ پریشر کا آخری آزمودہ علاج ہے۔ (ج ۱۱)

جائے انشاء اللہ ناخونہ ختم ہوجائے گا۔ مکمل شفا یابی تک روزانہ یہ عمل کرتے رہیں۔ باڈے کتے کا کالہ: اگر کسی کو باڈا کتا کاٹ جائے تو سورہ طارق (پارہ 30) اول و آخر درود شریف تین بار پڑھیں اور متاثرہ جگہ پر دم کریں۔ یہ عمل دن میں کم از کم تین دفعہ کریں۔ اللہ پاک کے فضل سے آرام ہوجائے گا۔ اس عمل کو مزید تقویت دینے کیلئے سورہ الحاقہ (پارہ 29) پانی پر دم کر کے مریض کو پلاتے رہیں۔ ایسا سات دن کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ زہر کا اثر ختم ہوجائے گا اور آرام آجائے گا۔

زہریلے کیڑے مکوڑوں سے حفاظت: سورہ اخلاص روزانہ 101 بار پڑھنے والے کو سانپ نہیں کاٹے گا اور اگر کاٹ لے تو زہر اثر نہیں کرے گا۔ سورہ اخلاص بے شک صبح و شام پچاس پچاس مرتبہ پڑھ لیا کریں یا ہر نماز کے بعد میں دفعہ پڑھ لیا کریں پورا دن اس کی تعداد 101 بار پوری کرنی ہے۔ اگر کسی شخص پر کتا حملہ کر دے تو گیارہ مرتبہ یہ آیت پڑھ لیں انشاء اللہ اس کے شر سے محفوظ ہوجائے گا آیت مبارکہ یہ ہے: **وَلَا یُغْلِبُہٗ فِیْہِمْ فِزَآءُہٗ وَاَعِیْہِمْ یَاٰوُصِیْہِیْ (کہف) لڑائی یا لڑکے کی حب منشاء شادی کرنے کیلئے: آج کل معاشرے میں لڑکیوں کی شادی بہت بڑا مسئلہ بن چکی ہے کیونکہ مناسب رشتے نہیں ملتے اور اگر ملتے ہیں تو بے جوڑ بیبی حال لڑکوں کا بھی ہے کہ انہیں اپنی پسند کے مطابق لڑکی نہیں ملتی۔ انشاء اللہ اس عمل کی وجہ سے دونوں کا مسئلہ حسن طریقہ سے حل ہوجائے گا یہ عمل کریں۔ صرف رزق حلال کھائیں اور نمازوں کی پابندی کریں۔ پہلی چار نمازوں کے بعد 33 مرتبہ اور عشا کی نماز کے بعد 33 مرتبہ اور اول و آخر سات مرتبہ درود شریف پڑھیں۔ آیت یہ ہے: **یٰٰ اٰیْمٰنُ اَسْمٰکُمْ اٰیْمٰنِیْ وَ حُفٰی اِلَی اللّٰہِ (یوسف) یہ عمل اس وقت تک روزانہ کرتے رہیں جب تک لڑکی یا لڑکے کا مناسب رشتہ نہیں ہوجاتا۔ انشاء اللہ پہلے ہی چلہ میں کام ہوجائے گا۔ خواتین مخصوص ایام کے دن بعد میں پورے کر سکتی ہیں۔ اولاد کی فرمانبرداری کیلئے عمل: آج کل میڈیا کے فحش ڈراموں اور فلموں نے نوجوان نسل کو باغی کر دیا ہے وہ بھی فلموں کے ان کرداروں کی نقل کرنے لگ جاتے ہیں والدین کی نافرمانی اور بغاوت میں کوئی ہچکچاہٹ محسوس نہیں کرتے بلکہ اس غلط رویہ پر فخر محسوس کرتے ہیں۔ قرآن پاک نے اس کا حل بھی بتا دیا ہے۔ وہ یہ ہے کہ لڑکے یا لڑکی کی والدہ یا گھر کا کوئی فرد باضوون کے کسی وقت اسمائے حسنیٰ کو پڑھتا رہے اور کم از کم 90 دن تک یہ عمل****

پڑھنا شروع کر دیں۔ جب پہلی دفعہ آیت قَبَّآجِی اَلْاَیْمِیْ زَہْمَکُمَا شَکَّیْتَانِ پڑھیں تو دایم ہاتھ کی کلمہ والی انگلی سے سورج کی طرف اشارہ کر دیں۔ اسی طرح ہر دفعہ اس آیت پر سورج کی طرف اشارہ کرتے رہیں یہاں تک کہ سورہ ختم ہوجائے۔ یہ عمل کم از کم چالیس دن تک کریں۔ چالیس دن کے بعد دن میں جب بھی موقع ملے سورہ زمر کی پابندی رکھیں۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ ایک ہفتہ کے بعد ہی مخلوق آنا شروع ہوجائے گی۔ آزما کر دیکھ لیں۔ قرض سے نجات اور رزق کی کشادگی کیلئے پرتا شریعہ: جو شخص ہیرہ زگار ہو اور ملازمت نہ ملتی ہو یا گھر میں تنگدستی ہو اور فقر و فاقہ ہو، ایسے لوگوں کیلئے قرآن پاک کا یہ عمل تیرہ ہدف ہے۔ عمل کریں اور ملازمت نہ ملنے کی پریشانی یا گھریلو حالات میں تنگدستی کی پریشانی سے نجات پائیں۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ ملازمت بھی مل جائے گی اور گھریلو مالی حالات بھی آہستہ آہستہ بہتر ہونا شروع ہوجائیں گے۔ عمل یہ ہے: مندرجہ ذیل آیات کو نماز عشاء کے بعد باضوون تین آیات کو ایک ہزار مرتبہ پڑھیں اور پھر ان کی تائید دیکھیں۔ یہ عمل آپ کو مایوس نہیں کرے گا۔ عمل میں تاخیر نہیں ہونا چاہیے خواتین مخصوص ایام کے دن شمار کر کے بعد میں پورا کر سکتی ہیں۔ اول تو پہلے چلہ یعنی چالیس دن میں کام ہوجائے گا نہیں تو دوسرا چلہ اور پھر تیسرا چلہ تک یعنی 120 دن تک مزید کریں۔ انشاء اللہ کام ہوجائے گا۔ سورہ المؤمن (پ 24) کی تین آیات یہ ہیں: **یٰٰسَیِّدِہٖ اللّٰہُ الرَّحْمٰنُ الرَّحِیْمُ ﴿۱﴾ تَنَزَّلُ الْمَلَائِکَۃُ مِنَ السَّمَآءِ اِلَیْہِ الْعِلْبِیْہِ ﴿۲﴾ تَخَافُہِ الرَّجُلُ الْکَذِبُ وَ قَابِلُ السُّؤْبِ شَدِیْدٌ الْعِقَابِ ذِی الْقُلُوْلِ لَا اِلٰہَ اِلَّا ہُوَ اِلَیْہِ الْمَصِیْرُ ﴿۳﴾** امراض چشم کیلئے: جس شخص کی آنکھیں دیکھتی ہوں یا شرفی مائل ہوجائیں انشاء اللہ تعالیٰ آنکھوں کی جملہ بیماریاں اس عمل کی برکت سے ختم ہوجائیں گی تجربہ ہے عمل یہ ہے۔ پوری سورہ فاتحہ اتنا لیں بار پڑھ کر آنکھوں پر دم کریں اگر خود اپنی آنکھیں دیکھتی ہوں تو ہاتھ کی انگلیوں پر دم کر کے دونوں آنکھوں پر پھیر لیں۔ انشاء اللہ جلد آرام آجائے گا۔ صحت مند ہونے تک روزانہ یہ عمل کرتے رہیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ اگر آنکھ پر چوٹ لگ جائے تو اول و آخر درود ابراہیمی سورۃ الہمزہ (پارہ 30) پڑھ کر آنکھوں کے زخم پر دم کر دیں اگر خود اپنی آنکھیں دیکھتی ہوں تو ہاتھ کی انگلیوں پر دم کر کے دونوں آنکھوں پر پھیر لیں انشاء اللہ جلد آرام ہوجائے گا۔ ناخونہ کا علاج یہ ہے کہ تین مرتبہ سورہ اخلاص پڑھ کر آنکھوں پر دم کیا

پیش کی جملہ کمزوریوں کا علاج: انتہائی کم کمزوری اور پیش کی جملہ کمزوریوں کے سلسلے میں دو حصے جنہیں ۱۴۱۴ حصہ کالی مرچ اور حسب ذیل نمک میں کچل کر چھان لیں اور تین گرام صوف صبح و شام کھانے سے شفا ہوتی ہے۔

اشیاء خوردنی میں موجود کیلوئز

کھجی گردے	۳۰ گرام	۳۰ کیلوئز
خشک میوہ جات	۳۰ گرام	۱۹۰ کیلوئز
پھل ہر قسم کے	۳۰ گرام	۱۰-۲۴ کیلوئز
روٹی	۳۰ گرام	۱۰۰ کیلوئز
پراٹھا	۳۰ گرام	۱۲۵ کیلوئز
دہی	۳۰ گرام	۱۳ کیلوئز
انار	۳۰ گرام	۱۰۰ کیلوئز
گھی	۳۰ گرام	۲۲۵ کیلوئز
دودھ	۳۰ گرام	۳۵ کیلوئز

کسی دوائی کا ریشم ہوا الیسی ختم

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں ایک دن ایسے ہی ایک اخبار پڑھ رہا تھا تو اس میں آپ کا کالم پڑھا اور اس طرح ہجرتی سے شامانی ہوئی۔ پہلے میں اسے بک شال پر دیکھ کر نجومیوں کا رسالہ سمجھتا رہا۔ پڑھ کر حیران ہوا دین اور حکمت کا استخراج ایسے رسالے کا میں کبھی خواب میں بھی نہیں سوچ سکتا تھا۔ عظمت بے شک اللہ کی ذات کے ساتھ ہے لیکن اس عظیم اللہ تعالیٰ نے اپنے انسانوں میں عظیم انسان پیدا کیے۔ اللہ تعالیٰ آپ کو اس محنت کا عظیم اجر دے۔ میرا آزمایا ہوا نوٹکہ حاضر خدمت ہے۔ یہ کچھ عرصہ پہلے کی بات ہے کہ میں اپنے آفس بوائے ای میں بیٹھا تھا۔ ایک نوجوان ساتھی دفتر میں داخل ہوا، انگریزی حالت میں اس کا سارا بدن سرخ ہو چکا تھا اور آبلے پڑھ چکے تھے۔ خارش اور بدن میں جیسے آگ لگی ہو اس نے بتایا کہ کینٹین میں کافی میں شہد ڈال کر پی لینے سے یہ حالت ہو گئی ہے۔ ڈاکٹر کو دکھانے اپنے آفیسر سے اجازت لینے جا رہا تھا۔ میں نے اس سے کہا کہ ڈاکٹر کو ملنے سے پہلے کینٹین سے ایک گلاس پانی لے کر اس میں لیٹوں ڈال کر پی لیں۔ وہی جوان پانچ منٹ کے بعد مسکراتا ہوا دفتر میں داخل ہوا۔ مکمل آرام بدن کی سرخی جلن وغیرہ سب تکلیف غائب ہو چکی تھی۔ میرا آزمودہ نوٹکہ ہے کہ جب کبھی بدن میں گرمی کسی خوراک کی وجہ سے ہو یا دوائی کا ریشم ہوا، تو لیٹوں استعمال کر لیتا ہوں۔ روحانی پچھلی واقعی روحانی ہے: میں کافی عرصہ سے روحانی پچھلی استعمال کر رہا ہوں متعدد مکمل ٹارٹل ہو گیا ہے۔ بدن کے درد بھی بے حد کم ہو گئے ہیں۔ ایلیوٹیکٹک ہو بیوی تھک اور سکھار کی ہلکیاں کافی عرصہ سے استعمال کر رہا ہوں لیکن اللہ کے کرم سے روحانی پچھلی واقعی ہی روحانی ہے۔ (شیشہ خان نوشہرہ)

زیادہ محرم نہیں ہوتا، تو مقابلتا بھاگ دوڑ کرنے، وزن اٹھانے یا آؤٹ ڈور کھیل کو معیار بنایا ہے۔ اب ہم یہ آسانی یہ اندازہ لگا سکتے ہیں کہ عام خاتون کو عام حالات میں، دفتر وں اور گھروں میں کام کرنے والی خاتون کو اور حمل اور بچوں کو دودھ پلانے میں روزانہ کتنے حراروں یا کیلوئز کی ضرورت پڑتی ہے۔ تجربات اور مشاہدات کے بعد یہ معیار تسلیم کر لیا گیا ہے کہ مرد کو تین ہزار کیلوئز اور عورت کو اڑھائی ہزار کیلوئز کی ضرورت ہوتی ہے۔ لڑکیوں سے جوانی میں قدم رکھنے والے بچوں کو بھی بڑھوتری (Growth) کیلئے اسی قدر کیلوئز درکار ہوتی ہیں۔ آئیے اب ہم دیکھتے ہیں کہ یہ توانائی کس قدر خوراک سے مینا ہو سکتی ہے۔ اس سے قبل آپ مختلف اجناس میں جو پاکستان میں استعمال ہوتی ہیں، کیلوئز کی تعداد ملاحظہ فرمائیے۔

روزمرہ استعمال کی اشیاء اور کیلوئز

اشیاء	وزن	توانائی
ایک کپ آنا (دورٹی)	۱۲۰ گرام	۳۲۰ کیلوئز
ایک کپ چاول	۲۰۰ گرام	۶۸۰ کیلوئز
ایک گلاس دودھ	۲۴۴ گرام	۱۶۰ کیلوئز
کچی ہوئی فی ملی سبزیاں	۲۴۰ گرام	۱۵۰ کیلوئز
ایک انڈا (باف بول)	۴۰ گرام	۱۰۸ کیلوئز
پھل ہر قسم کے	۲۴۰	۸۰ کیلوئز

پاکستان میں ایک دن کی اوسط متوازن غذا

پلاننگ ڈیپارٹمنٹ ڈویژن حکومت پاکستان، اسلام آباد کی جانب سے مجوزہ خوراک درج ذیل ہے جس سے روزانہ تقریباً تین ہزار حرارے توانائی حاصل ہوتی ہے۔

اشیاء	وزن	توانائی
انار	۴۰۰ گرام	۱۳۰۰ کیلوئز
دالیں	۹۰ گرام	۳۱۵ کیلوئز
سبزیاں پتوں والی	۱۱۳ گرام	۵۷ کیلوئز
جزوں والی سبزیاں	۹۰ گرام	۵۵ کیلوئز
شکر	۵۰ گرام	۲۰۰ کیلوئز
تیل یا نباتی	۶۰ گرام	۵۴۰ کیلوئز
گوشت، پھل وغیرہ	۹۰ گرام	۳۰۵ کیلوئز
انڈا ایک عدد	۴۰ گرام	۱۰۸ کیلوئز
ٹوٹل		۳۰۸۰ کیلوئز

اب ہم دیکھتے ہیں کہ روزمرہ کی خوراک تیس گرام اشیاء خوردنی سے کس قدر حرارے دستیاب ہوتے ہیں۔

نسبت زیادہ کھاتی ہیں اور زیادہ مرچ کھاتی ہیں۔ عام طور پر اس نسبتی نسبت دنیا میں کھانے کے تین اوقات ہی پائے جاتے ہیں یعنی ناشتہ، چائے یا ظہر اور ڈنر یا عشاء۔ ان کے درمیان ایک آدھ پیالی چائے یا کوئی مشروب استعمال کر لینا انتہائی ہے۔ یہ طریقہ کار اس قدر مقبول عام ہے کہ فرسٹ ورلڈ یا ترقی یافتہ ممالک سے لے کر تھرڈ ورلڈ یعنی غیر ترقی یافتہ ممالک تک کے باشندے اس معمول کو پائے ہوئے ہیں۔ مرد حضرات بالخصوص جو صبح گھر سے نکلے ہیں اور دن ڈھلے لوٹتے ہیں ان کو اس کی پابندی کے علاوہ کوئی چارہ کار نہیں کہ یا تو صبح گھر سے لے کر جاتے ہیں یا حسب توفیق نان چھوٹے ذہر مار کر لیتے ہیں۔ ترقی یافتہ ممالک میں جہاں خواتین مساوات مرد وزن کے زور پر مردوں کے شانہ بشانہ رہتی ہیں، وہ بھی دوپہر کو برگر اور کافی سے دوزخ شکر کی سیرانی کر لیتی ہیں، مگر مردوں کے مقابلے میں تمام دن ٹافیاں، چوگم، چاکلیٹ سے تسکین دہن و شکر بھی کرتی رہتی ہیں۔ یہی اداسے دلربائی ترقی پذیر ممالک کی خواتین نے جو گھر سے باہر نہ کر سکتی لیدز کھلانے پر فخر کرتی ہیں، سیکھ لی ہے۔ ان نازک اندام خواتین کے چھوٹے چھوٹے کندھوں پر بڑے بڑے بگ جو لگتے ہیں، کوئی ان میں جھانک کر دیکھے تو اس میں کچھ نہ کچھ اشیائے خورد و نوش ضرور مل جائیں گی۔ جو خواتین "ہاؤس وائف" یا خاتون خانہ کھاتی ہیں اور ملازمت کی ذمہ داری سے بری ہیں کھانے پینے کے معاملات میں کسی طرح پیچھے نہیں رو جاتیں۔ ہمارے ایک دوست ڈاکٹر صاحب نے جو خواتین کی عادات میں زیادہ ادراک رکھتے ہیں، یہ راز بتا کر ہماری معلومات میں اضافہ کر دیا کہ عورتیں ایک مرتبہ تین تین مرتبہ کھاتی ہیں۔ پہلی مرتبہ جب کھانا پکائی ہیں تو جتنے جتنے میں ضرور کھا لیتی ہیں۔ دوسری مرتبہ جب بچے اسکول سے آتے ہیں تو ان کو کھلانے میں کچھ نہ کچھ کھاتی رہتی ہیں پھر تیسری مرتبہ جب شوہر دفتر سے آتا ہے تو اس کے ساتھ باقاعدہ کچھ تناول فرماتی ہیں۔ اگر میرے دوست صاحب کا یہ قول قاعدہ کھائے نہیں بھی تو اس میں کچھ نہ کچھ حقیقت ضرور ہے۔

ہماری سب کی روزمرہ زندگی کا انحصار توانائی پر ہے۔ ہم جب سو کر اٹھتے ہیں اور اپنے پیر ہستر سے نیچے اترتے ہیں اور جب دودھ بارہ ہستر پر آرام کیلئے جاتے ہیں تو اس دوران کچھ کچھ ہماری توانائی خرچ ہوتی رہتی ہے۔ توانائی خرچ ہونے کا تناسب کام کی نوعیت پر منحصر ہوتا ہے۔ اگر آپ بیٹھ کر پڑھ رہے ہیں یا تاش، لوڈ، کیرم کھیل رہے ہیں جس میں جسم

شہرت و عزت میں اضافہ: جو شخص حصول عزت کا خواہاں ہو اسے چاہیے کہ اسے تیار افیغ کو روزانہ ایک سو مرتبہ پڑھنے اور دل و دھڑک سے تین سال عمل جاری رکھیں۔

انڈا	۳۰ گرام	۳۰ کیلو ریڈ
گوشت	۳۰ گرام	۳۰ کیلو ریڈ
مچھلی	۳۰ گرام	۳۰ کیلو ریڈ

آج کل نسوانی خوبصورتی کا خود ساختہ معیار یہ بن گیا ہے کہ لڑکی چہرے مہرے سے دہلی نظر آئے اور جسم پھریرا دکھائی دے۔ اسکول یا کالج میں کسی نے ازراہ مذاق اگر کہہ دیا "او موٹی" تو یہ الفاظ دل میں نشتر بن کر اتر جاتے ہیں۔ خصوصاً لڑکیاں دور بلوغت میں غیر محسوس طریقے پر بغیر سوچے سمجھے اپنی خوراک کھانا شروع کر دیتی ہیں جو انتہائی نقصان دہ ہے۔ یاد رہے کہ صحت مندی اور چیز ہے اور موٹاپا اور چیز ہے۔ ہر بیماری جسم کی لڑکی کو بغیر معقول وجہ کے اپنی خوراک ہرگز کم نہیں کرنی چاہیے۔

موٹاپے کے بادی انگ میں تین اسباب ہیں:

- ۱۔ وراثت میں ملا ہوا موٹاپا۔
- ۲۔ ہارمون کی خرابی سے موٹاپا۔
- ۳۔ خوش خوراک کی سبب موٹاپا۔

پہلے دو اسباب کا تو ز اور علاج کم خوراک کی ہرگز نہیں ہے آپ کو ماہر طبیب یا معالج سے رجوع کرنا چاہیے۔ ۱۹۹۳ء میں امریکہ کے ایک جائزے کے دوران ۸۶۳ سیمپل لئے گئے۔ تمام تر معیاری تحقیقات کے بعد نتیجہ نکلا کہ ان میں سے ۸۳ مرد وزن صرف خوش خوراک کی وجہ سے موٹے ہو گئے ہیں۔ باقی میں ۶۸ افراد کو موٹاپا وراثت میں ملا اور گیارہ افراد کو ہارمون کی خرابی کی وجہ سے موٹاپے کا عارضہ لاحق ہو گیا۔ اس طرح یہ نتیجہ نکلا کہ نوے فیصد موٹے افراد صرف خوش خوراک کی وجہ سے موٹے ہو گئے ہیں۔ امریکہ کے ماہرین خوراک اس بات پر متفق ہیں کہ آپ اس غلط فہمی میں مبتلا نہ ہوں کہ خوراک کم کر دینے سے آپ دہلی ہو جائیں گی، اگر بالفرض محال ایسا ہو بھی جاتا ہے تو آپ کئی Deficiency Diseases یعنی قلت خوراک کی بیماریوں کا شکار ہو سکتی ہیں۔ یہ بھی ایک غلط فہمی ہے کہ ورزش کرنے سے آپ کا بدن کم ہو جائے گا اور موٹاپا دور ہو جائے گا۔ آپ کا مطلوبہ عمل صرف مستقل ہے، یہ نہیں کہ چار دن کر لی اور دو دن نہ کی۔ ورنہ اس کا حساب تو وہی ہوگا کہ بقول شاعر "چار دن کی چاندنی پھر اندھیری رات ہے۔"

لو کیلوری ڈائٹ موٹاپا دور کرنے کیلئے سب سے زیادہ سودمند ہے جو تمام ورکنگ لیڈیز اور گھریلو خواتین کو استعمال کرنی چاہیے اس میں اوسطاً ساٹھ گرام پروٹین، سو گرام نشاستہ دار غذا (Carbohydrates) اور چالیس گرام پختہائی

شامل ہونی ضروری ہے۔ (اس کے علاوہ دودھ ۳۵۰ گرام اور چینی ۲۰ گرام روزانہ استعمال کی جاسکتی ہے) ان سب سے حاصل شدہ کیلوریز اندازاً ایک ہزار ہوتی ہیں۔ اس غذا کا ایک ناظم ٹیبل برٹش میڈیکل جرنل سے آپ کے لئے تحریر ہے۔ فرہنگ تین کیلئے متوازن غذا: حرارے ۱۰۰۰۔

بیڈنی: ایک پیالی چائے، دودھ ۳۰ گرام (روزمرہ کے الاؤنس میں سے) ناشتہ: ایک انڈا، توتوس ۳۰ گرام، چائے یا کافی ایک کپ، اس میں دودھ اور چینی روزمرہ کے الاؤنس میں سے ڈال سکتے ہیں۔ ظہرانے سے قبل: ایک پیالی چائے (دودھ چینی روزمرہ کے الاؤنس میں سے) یا ایک گلاس تازہ جوس۔ لچ یا ظہرانہ: سوپ، سادہ یا لٹائر جوس، گریپ فروٹ جوس ایک گلاس۔ گوشت: (۳ عدد پکاٹی ہوئی عام سائز کی بوٹیاں) ۶۰ گرام یا مچھلی ۶۰ گرام سالن میں تیار شدہ سبزی یا سلاد ایک پلیٹ۔ پھل ۲۴۰ گرام۔ سہ پہر: چائے ایک پیالی۔ ایک بسکٹ (۱۰ گرام) بغیر کریم اور پائیکٹ کے۔ رات کا کھانا: سوپ یا پختی ایک پیالی، گریپ فروٹ جوس ایک گلاس، مرغی، مچھلی، گوشت (پکاٹی ہوئی ۳ بوٹیاں یا یکاب) ۶۰ گرام، روٹی ایک عدد ۳۰ گرام۔ نوٹ: ایک دن کا الاؤنس دودھ (کریم نکلا ہوا) ۳۵۰ گرام، چینی ۲۰ گرام (دو چائے کے چمچ) مکھن، کوکنگ آئل، بنا پختی ۱۵ گرام، یعنی ایک درمیانی چمچ (چاولوں کا چمچ) پھل: مالٹا، کنو، کیلا، خوبانی، آلو بخارا، لوکات، آڑو، ناشپاتی، سیب، خربوزہ، تربوزہ، ترکاریاں، مٹر کی پھلیاں، بند گوبھی، گاجر، مولی، شلجم، پھول گوبھی، پالک، خرف، چولائی، میتھی، مرسوں، پیاز، ہین، ٹماٹر۔ (ڈاکٹر سید زاہد علی واسطی)

معدے کی تیزابیت

پینے کی طبع، پینے کا درد، مٹلی، تے آنا، ڈکار آنا، ہلکی آنا، گلے کی خراش اور درد، کھانسی، سانس میں مشکل، گھا بیٹھ جانا یا آواز کا بھاری ہونا، پکڑ آنا، سردی، ہضم کا گلے میں گرنا، ناک سے پانی آنا، جھینگیں آنا، ناک میں غددوں کا پھٹنا، منہ یا زبان میں جھالے ہونا، زبان جلنا، منہ میں زیادہ لعاب آنا، مسوڑھوں سے خون آنا، دانتوں میں کیزر لگنا اور ٹوٹنا ان ساری علامات کی سب سے بڑی وجہ معدے کی تیزابی رطوبتوں کا اوپر گلے میں آنا ہے۔ تیزابی رطوبتیں اپنے راستے میں آنے والی ہر چیز کو جلاتی ہیں جس کی وجہ سے گلے، ناک اور منہ کی اندرونی دیواریں زیادہ رطوبتیں خارج کرتی ہیں جسے ہم ریشہ کہتے ہیں۔ معدے کے اوپر والے حصے سے مسلسل رطوبتیں خوراک کی تالی کے ذریعے گلے میں آتی رہتی ہیں جن کو ہم وقفہ وقفہ سے نگل لیتے ہیں۔ یہ ایک

نازل عمل ہے کیونکہ معدے کے اوپر والے حصے میں تیزاب بنانے والے غدود نہیں ہوتے اس لئے اس عمل سے ہمیں کوئی نقصان نہیں ہوتا۔ عام طور پر خوراک دانتوں سے چبانے کے بعد خوراک کی تالی کے ذریعے معدے میں داخل ہوتی ہے۔ یہاں معدہ اس خوراک کی تیزابی رطوبتوں کے ساتھ مکس کرتا ہے اور پس دیتا ہے۔ اس کے بعد خوراک چھوٹی آنت میں آہستہ آہستہ داخل ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ زیادہ سخت خوراک ہونے کی صورت میں معدہ زیادہ تیزاب بناتا ہے تاکہ سخت خوراک کو نرم کیا جاسکے۔ زیادہ سخت خوراک کی وجہ سے معدہ بعض اوقات تھک بھی جاتا ہے اور درد بھی کرتا ہے اور بعض اوقات کام کرنا چھوڑ دیتا ہے جس کی وجہ سے خوراک کی چھوٹی آنت میں متھکی کم ہو جاتی ہے اور جب بھی معدے کی حرکت کم ہوتی ہے۔ تیزابی رطوبتیں معدے کے اوپر والے حصے کا رخ کرتی ہیں جہاں تیزاب نہیں بنتا اور جہاں بھی تیزاب جائے گا وہاں چیزوں کو جلائے گا۔ عام حالات میں معدے کی اس سے رطوبتیں مسلسل اوپر جاری ہوتی ہیں جب تیزابی رطوبتیں خوراک کی تالی سے گزرتی ہیں تو جلن اور سینے میں درد پیدا کرتی ہیں۔ جب گلے میں پہنچتی ہیں تو گلے کی دیواروں کو جلاتی ہیں جس کی وجہ سے گھار درد، کھانسی، آواز کا بھاری ہونا اور زیادہ ریشہ بننے جیسی علامات ظاہر ہوتی ہیں۔ جب گلے میں یہ تیزابیت پہنچتی ہے تو گیس بن جاتی ہے جب یہ ناک کی تالی سے کان میں پہنچتی ہے تو کان میں خارش ہوتی ہے اور بعض اوقات پکڑ آتے ہیں۔ جب یہ گلے کی دیواروں سے ہوتی ہوئی ناک میں پہنچتی ہے تو جھینگیں، ناک سے پانی کا اخراج جیسی علامات ظاہر ہوتی ہیں۔ مرساں وقت پکڑا جاتا ہے جب تیزابی گیس ناک کی چھت کو چھوتی ہے، جب یہ تیزابی رطوبتیں منہ میں داخل ہوتی ہیں تو منہ کی جلن، زبان کی جلن، زبان اور منہ کے چھالے، منہ کا ذائقہ خراب ہونا، دانتوں کو کیزر لگنا اور مسوڑھوں سے خون آنا جیسی علامات ظاہر ہوتی ہیں۔ منہ سے بدبو آنے کا سبب بھی یہی تیزابیت ہے جب تیزابی رطوبتیں گلے میں پہنچ کر گیس بنتی ہیں تو سانس لینے سے یہ تیزابی گیس پھپھڑوں میں پہنچتی ہے تو پھپھڑوں کی نالیاں ٹک ہو جاتی ہیں جس کی وجہ سے کھانسی اور سانس لینے میں مشکل پیش آنے کی علامات ظاہر ہو سکتی ہیں۔ ہم نے دیکھا کہ معدہ کے کام میں رکاوٹ کتنی بیماریوں کو جنم دے سکتا ہے۔ اب ہم دیکھیں گے کون سی ایسی چیزیں ہیں جو معدے کو سست کرتی ہیں یا اس میں تیزابیت بڑھاتی ہیں۔ اگر تیزابیت زیادہ بھی ہے اور معدہ صحیح طریقے سے کام کر رہا ہے تب بھی یہ

تیزابیت اوپر کی طرف حرکت نہیں کرے گی بلکہ

حق ادا کرنے والا: حضرت جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ اس شخص کے ساتھ صحبت کرو جو نیکی کر کے بھول جائے اور جو حق اس پر ہو وہ ادا کرے۔

رہتے ہیں جس کی وجہ سے ذائقہ بھی کھجور جتنا ہے اور غذا ایت بھی پوری ملتی ہے شہم کرنے کا طریقہ یا تو آپ کے پاس سینہ ہو، اگر نہیں ہے تو ایک بڑا برتن لیں اس کے اندر تھوڑا سا پانی ڈالیں۔ بڑے برتن میں چھوٹا برتن رکھیں اس میں ہیزی ڈالیں، بڑے برتن پر ڈھکنا رکھ دیں، نیچے آگ جلا دیں، پانی گرم ہونے سے بھاپ بنے گی اور ہیزی نرم ہو جائے گی۔ دھنیا، پودینہ، ادک، لہسن، پیاز، ہزمرج، نمناز (چھلکے اور پتوں کے بغیر) کی چٹنی بنا کر اس میں دو تین چمچ کوکنگ آئل ڈال کر اور مرچ مصالحہ ڈال کر کھانے کے ساتھ لینے سے ہمیں وٹامن زیادہ مقدار میں مل سکتے ہیں اور ہمارا ہاضمہ بھی بہتر کرنے کا بہترین ذریعہ ہے۔ قبض بھی ہمارے معدے کے افعال کو متاثر کرتی ہے، قبض میں پاخانہ کرنے کیلئے زور نہیں لگانا چاہیے۔ اس کی وجہ سے پاخانہ کرنے والے سوراخ (Anus) میں زخم بھی ہو سکتا ہے اور بواسیر بھی ہو سکتی ہے۔ ہمارا رواجی لیٹرین سسٹم بھی قبض کرنے کا اہم سبب ہے کیونکہ گھٹے موڈ کر بیٹھنے سے ہمارے گھٹنوں پر بہت بوجھ پڑتا ہے اور کافی تکلیف ہوتی ہے۔ اس کے بعد کھڑے ہونے سے اکثر پکڑ بھی آجاتے ہیں جس کی وجہ سے دل اور جڑوں کے مریض اور بوڑھے لوگ زیادہ پیشاب اور پاخانہ کرنے سے اجتناب کرتے ہیں جس کی وجہ سے قبض کا مرض ان لوگوں میں عام ہوتا ہے۔ ہم اپنی زندگی کے طور طریقوں کو تبدیل کر کے معدے کی خرابی سے ہونے والی بیماریوں سے دور رہ سکتے ہیں۔ معدے کے افعال کو سمجھنے اور خوراک کے صحیح استعمال سے ہم معدے کی بیماریوں سے دور رہ سکتے ہیں ورنہ ساری عمر سرورڈی دوا میں، کھانسی کی دوا میں، تیزابیت کم کرنے والی دوا میں، قبض کشا دوا میں استعمال کرنی پڑتی ہیں۔ نوٹ: نہ رات سوئے وقت اور صبح اٹھ کر تھوڑا سا دودھ زیادہ پانی کس کے گرم کر کے لے لیں ایسا کرنے سے آپ کے دانت بھی خراب نہیں ہوں گے۔ (ڈاکٹر سجاد احمد)

معمری لوگ کی دو خوراکیں کھائیں اسہال پیش بگاڑیں

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں پہلی مرتبہ آپ کی خدمت میں اپنا آرزو شدہ ایک ٹایپ نوٹکے بھیج رہا ہوں امید ہے قارئین کو بہت پسند آئے گا۔ یہ ہے: حوالہ: جی: جھکا ناراجو سایہ میں خشک کیا گیا ہو چھٹا چھکا ناراجو اس سے آدھا برابر وہ اصل صندل سرخ جو پشادری سے مل جاتا ہے۔ دو کو باہم ملا کر احتیاط سے شیشی میں بند کر کے رکھیں۔ خوراک: ایک بڑا چمچ بڑے آدی کو دینا ایک گھنٹہ کے وقفہ کے بعد دوبارہ دینا انشاء اللہ تیسری خوراک کی نوبت نہ آئے گی اور پیشب درست ہو جائیں گے۔ (سید مفتی شاہ بخاری حیدر آباد)

ہو جاتا ہے اور روٹی کو خوراک سے الگ کرنے سے ان کا بخار ٹھیک ہو جاتا ہے۔ گندم کا دلیہ اگر زیادہ پانی میں پکایا جائے اور اس کے اندر دو چمچ کوکنگ آئل ڈال کر شکر یا دو تین کیلوں کو میٹش کر کے کھایا جائے تو یہ ناشتے میں توانائی کا بہترین ذریعہ ہے کیونکہ گندم کے چھلکے میں وہ اجزاء ہوتے ہیں جو ہماری بڑی آنت کیلئے نہایت ہی مفید ہیں جس کی وجہ سے قبض سے بھی بچا جاسکتا ہے۔ سرگرت نوشی، اسپرین، شراب، زیادہ تر درودی دوا میں، کافی، چائے، دودھ، پتی، دودھ سوڈا، بوس اور ٹھنڈے مشروب ہمارے معدے کے افعال یعنی معدے کی حرکت، اس کی رطوبتوں کے اخراج اور خوراک کے ہضم ہونے کے عمل کو متاثر کرتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ اگر مریض کو ان چیزوں سے دور رکھا جائے تو وہ معدے کے امراض سے جلدی ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ جب بھی ہم کوئی سخت چیز مثلاً روٹی، کم کھجی ہوئی دال زیادہ پکنائی والی چیزیں استعمال کرتے ہیں تو معدے کو بہت زیادہ کام کرنا پڑتا ہے اور اس وقت وہ جسم سے عام حالات کی نسبت چھ سے اچھ گنا زیادہ خون اپنی طرف کھینچ لیتا ہے۔ چنانچہ ایسی چیزیں کھانے کی وجہ سے ہمیں کمزوری کا احساس ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ دل کے امراض میں جتنا لوگوں اور جن کو بخار ہوتا ہے انہیں سخت چیزوں سے پرہیز جاتا ہے۔ ہمیں تمام لوگوں کو بتانا چاہیے کہ پتی چیزیں مثلاً عنبی، دلیہ زیادہ پانی ملا دودھ ہمارے معدے اور ہماری صحت کیلئے زیادہ اچھے ہیں کیونکہ یہ آسانی سے ہضم ہو جاتے ہیں اور ہمارے معدے کے افعال کو خراب نہیں کرتے۔ کچی سبزیاں یا شہم کی ہوئی سبزیاں آسانی سے ہضم ہو جاتی ہیں جبکہ ہماری رواجی طریقوں سے بنی سبزیاں ہمارے نظام ہضم کو خراب کرتی ہیں۔ ہمارے رواجی طریقوں سے بنے کھانوں میں غذا ایت جل جاتی ہے یہی وجہ ہے کہ مرچ مصالحہ کو اگر ہم کھانے کے آخر میں ڈالیں تو یہ ہمارے ہاضمے کو بہتر کرتا ہے۔ سبزی کو وہ طریقوں سے استعمال کیا جائے۔ 1۔ کچی سبزی سلاکی صورت میں بنا کر اس میں ایک دو چمچ کوکنگ آئل ڈالیں اور مرچ مصالحہ، لیموں ڈالیں تاکہ یہ دماغ سے بھر پور غذا بن سکے اگر اس کے اندر تھوڑے سے ایلے ہوئے چاول ڈال دیے جائیں تو بھی یہ اچھی غذا بن سکتی ہے جس سے پیٹ بھی بھرا جاسکتا ہے کیونکہ خالی کھانے کے بعد بھوک بڑھ جاتی ہے۔ 2۔ سبزیوں کو شہم کر کے اس کے اندر آخر میں دو تین چمچ کوکنگ آئل ملا کر ایک لیموں ملا کر اور مرچ مصالحہ چھڑک کر ایلے ہوئے چاولوں کے ساتھ کھایا جاسکتا ہے۔ شہم کی ہوئی سبزیاں اچھے طریقے سے ہضم ہو جاتی ہیں کیونکہ شہم کرنے سے سبزیوں کے جوس سبزی کے اندر ہی

تیزابیت چھوٹی آنت میں داخل ہوتی جائے گی لیکن جیسے ہی معدہ کام کرتا کم کرتا ہے تیزابیت فوراً اوپر کی طرف اٹھ کر اوپر بیان کی ہوئی علامات کا سبب بنتی ہے۔ نیم گرم یا گرم پانی اور مشروب معدے کی حرکت کو تیز کرتے ہیں، جیسے ہی معدہ کام کرنا شروع کر دیتا ہے تیزابیت اوپر جانے کی بجائے چھوٹی آنت کی طرف حرکت کرتی ہے جس کی وجہ سے طبیعت پر بوجھ کم ہو جاتا ہے جبکہ ٹھنڈی چیزیں معدے کے افعال کو مست کرتی ہیں اور طبیعت پر سارا دن بوجھ زیادہ ہوتا ہے۔ سارا دن تیزابیت کا واپس پراٹھنے کا موقع کم ملتا ہے کیونکہ جسم کی حرکت کی وجہ سے معدہ بھی حرکت میں رہتا ہے اور تیزابیت چھوٹی آنت کی طرف رواں دواں رہتی ہے لیکن جب ہم سو جاتے ہیں معدے کی حرکت بہت کم ہو جاتی ہے اور تیزابیت کے اوپر اٹھنے کی شرت زیادہ ہو جاتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ زیادہ لوگ صبح اٹھ کر گنگے سے غلغلا نظر آتے ہیں۔ کسی چیز کو کھانے یا پینے کو کبھی نہ کرنے کا سبب صبح معدے کا کام نہ کرنا ہے۔ اس لئے رات کو سوتے وقت اور صبح اٹھ کر اگر گرم گرم پانی 2/3 حصہ اور تھوڑا دودھ کوکس کر کے پی لیا جائے تو یہ ساری علامات ظاہر نہیں ہوتیں اور صبح اٹھ کر کچھ کھانے کو کبھی بھی کرتا ہے۔ صبح کے ناشتہ کی بہت اہمیت ہے کیونکہ خالی معدے کی وجہ سے تیزابیت بڑھ جاتی ہے۔ دوسری وجہ یہ ہے کہ سارا دن کام کیلئے ہمارے اعصاب کو دماغ اور نمکیات چاہیے ہوتے ہیں اور اگر ہم توانائی کیلئے اپنی جمع شدہ توانائی پر انحصار کرتے ہیں تو دماغ اور نمکیات تو بہر حال ہمیں تازہ ہی حاصل کرنے ہوں گے۔ خوراک میں دماغ میں تیل، انڈے، سبزیوں، فروٹ، ڈرائی فروٹ، چھلکے والی دالوں اور دلیہ سے ملے ہیں۔ ان تمام چیزوں کو استعمال کر کے ہم اپنے اعصاب مضبوط رکھ سکتے ہیں جس کی وجہ سے نظام ہضم مضبوط ہوتا ہے۔ زیادہ پکلا دودھ (گرم یا نیم گرم) معدے کو فعال بناتا ہے جس کی وجہ سے تیزابیت میں کمی آتی ہے جبکہ خالص دودھ آسانی سے ہضم نہیں ہوتا اور غلغلا کا سبب بنتا ہے۔ عام طور پر جو روٹی ہمیں ملتی ہے اس کے آٹے میں گندم کا چھلکا نہ ہونے کے برابر ہوتا ہے جس کی وجہ سے ہمارا معدہ اس کو اچھے طریقے سے ہضم نہیں کر سکتا۔ یہی وجہ ہے اگر روٹی کھانے کے دو گھنٹے بعد بھی آنت سے توروٹی جیسی کھائی ہوتی ہے ویسی ہی باہر آتی ہے۔ اس کی بڑی وجہ روٹی کو اچھے طریقے سے نہ چباننا بھی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ بچے اور بوڑھے جن کے دانت نہیں ہوتے یا کم ہوتے ہیں اس کا شکار زیادہ ہوتے ہیں جس کی وجہ سے اکثر بچوں میں تھوڑا بخار بھی

خارش کا علاج: گندھک کے ہمراہ سرسوں کے بیج چیس کر سرسوں کے تیل میں ملا کر خارش والی جگہ پر لگانے سے جلدی خارش والی جگہ پر لگانے سے جلدی خارش سے نجات ملتی ہے۔

موٹاپا گھٹانے کا آسان طریقہ

غذائی تبدیلی سے صحت کو بہتر بنایا جاسکتا ہے

اس حقیقت سے کوئی انکار نہیں کر سکتا کہ موٹاپا انسانی صحت کیلئے مضر ہوتا ہے۔ یہ ہمیں کئی امراض میں مبتلا کر سکتا ہے اسی وجہ سے موٹے افراد کی شرح اموات زیادہ ہوتی ہے۔ وزن کم کرنے کیلئے انسان کو بڑے پیمانے پر متنبہ کرنے پڑتے ہیں۔ کئی غذاؤں سے پرہیز، مخصوص ورزشوں کے علاوہ طرح طرح کی اوریج کا استعمال کرایا جاتا ہے، پھر بھی بڑی مشکل سے وزن میں کچھ کمی آتی ہے جو اکثر عارضی ثابت ہوتی ہے۔ یہ تمام تدابیر اتنی پیچیدہ، پریشان اور بھنگی ہوتی ہیں کہ انسان ان سے بیزار ہو جاتا ہے اور انہیں جاری نہیں رکھ سکتا۔ یہ بھی ضروری ہے کہ ان پر عمل کسی ماہرین کی نگرانی میں کیا جائے تاکہ صحت کو نقصان نہ پہنچ جائے۔

ماہرین نے اب وزن گھٹانے اور اسے معمول پر رکھنے کیلئے غذاؤں میں ردوبدل کا ایسا طریقہ دریافت کیا ہے جو آسان بھی ہے اور موثر بھی۔ اس پر عمل کر کے موٹے افراد ایک ماہ میں 10 سے 15 پونڈ وزن کم کر سکتے ہیں۔

ماہرین غذائیات کہتے ہیں کہ وزن کم کرنے کیلئے کھانوں کے انتخاب فارمولوں پر غور کیجئے۔ اپنی غذاؤں میں حراروں کی گنتی چھوڑ دیجئے۔ آپ کے وزن کا تعین اس سے نہیں کیا جاسکتا کہ آپ کتنا کھا رہے ہیں بلکہ اس کا دارومدار اس پر ہے کہ آپ کیا نہیں کھا رہے۔ ماہرین طب و سائنس نے تحقیق و تجربے سے یہ دریافت کیا ہے۔ 99 موٹی خواتین اور مرد جو اپنا وزن کم کرنے کیلئے معالین اور سلسلہ کلب کا رخ کرتے ہیں ان کا زیادہ وزن ان کے کھانوں کی ان بائیس غذاؤں کا نتیجہ ہوتا ہے جن کا استعمال انہیں کسی صورت نہیں کرنا چاہیے۔ وہ باقی 228 عام دستیاب غذاؤں میں جو چاہیں کھائیں۔ اس طرح وہ اشیاء جی بھر کر کھاتے ہوئے بھی صحت کو نقصان پہنچائے بغیر وزن گھٹا سکتے ہیں۔ نہ صرف یہ بلکہ وہ بڑھاپے کے دور میں جوانوں جیسی صحت و توانائی اور چستی و پھرتی کے ساتھ داخل ہو سکتے ہیں۔ اس میں شک نہیں کہ ان "منوع" کھانوں اور غذاؤں میں ایسی اشیاء بھی شامل ہوں گی جو انہیں پسند ہیں لیکن ظاہر ہے کہ انہیں کچھ نہ کچھ تو قربانی دینی ہوگی۔ وہ ان 22 غذاؤں سے پرہیز کر کے دیکھیں۔ ان کے بغیر اگر وہ اپنا وزن مزید بڑھانا بھی چاہیں تو ممکن نہیں ہوگا۔ باقی غذائی اشیاء کے بارے میں وہ تمام قوانین اور ضابطوں کو بالائے طاق رکھ دیں۔ اگر ایک

ماہر بھی انہوں نے مندرجہ ذیل غذاؤں سے پرہیز کر لیا تو ان کے وزن میں 15 سے 20 پونڈ کمی آجائے گی بلکہ اگر وہ اپنے وزن میں مزید کمی کرنا چاہیں تو کھانے پینے کے اسی منصوبے پر عملدرآمد جاری رکھ سکتے ہیں۔ اب ان 22 غذاؤں کے نام سن لیجئے: (1) آئس کریم (2) میٹھی گولیاں، ٹافیاں کینڈیز (3) چاکلیٹ (4) جیلی اور جام (5) کسٹروڈ (6) کریم بالائی (7) کیک (8) مٹھائیاں اور شکر کی بنی تمام اشیاء (9) جوسٹری (10) پنڈنگ (11) بسکٹ (12) چاول (13) اناج (14) تیل (15) سوپ گاڑھا (16) نوڈلز (17) سویاں (Spaghetti) (18) گرمی دار میوہ (19) ذیل روٹی (20) آلو (21) مکھن (22) گھی۔

چائے یا کوئی میٹھی شکر نہ ڈالیں البتہ بالائی اترابوا دودھ ملا سکتے ہیں۔ مٹھاس کیلئے مصنوعی شکر استعمال کریں۔ آپ سوچیں گے کہ اب کھانے کیلئے باقی کیا بچا؟ بات یہ نہیں ہے انہیں ترک کرنے کے بعد آلو کے علاوہ تمام سبزیاں، تمام پھل، ہر قسم کا حلال گوشت، انڈے، دودھ وغیرہ آپ شوق سے کھا سکتے ہیں۔ غور کرنے سے اندازہ ہوگا کہ ان 22 اشیاء میں سے گیارہ ایسی ہیں جو شکر، آنا، دودھ، گھی اور تیل کی آمیزش سے بنی ہیں۔ باقی جو 228 قسم کی غذائیں کھانے کی اجازت ہے انہیں استعمال کر کے لوگ بہت اچھی طرح جی سکتے ہیں۔ ان میں وہ تمام غذائی اجزاء موجود ہوتے ہیں کہ جو جسم کو توانائی دیتے ہیں، اس کی نشوونما کرتے اور ٹوٹ پھوٹ کی مرمت کرتے ہیں۔ یہ جسمانی صحت کیلئے ضروری ہوتے ہیں، اس کے علاوہ ان سے مختلف اقسام کی غذائیں تیار ہوتی ہیں۔ جو لوگ میٹھا کھانے کے شوقین ہوں وہ پھلوں کا استعمال وافر مقدار میں کر سکتے ہیں۔ پھلوں کے استعمال کے علاوہ پانی زیادہ پینا چاہیے۔ نیز گوشت، مچھلی، انڈا، مرغی اور بے شمار ایسی غذائیں ہیں جو ان 22 غذاؤں کو شامل کئے بغیر استعمال کی جاسکتی ہیں۔ کھانا تیل میں پکا ہوا ہونا چاہیے یا پھر پختہ کر کے کھانا چاہیے۔ کبھی کبھار ذیل روٹی یا آلو آپ کے مجوزہ کھانوں میں آجائیں تو ان کی تھوڑی مقدار کھانے میں کوئی مضائقہ نہیں۔ موٹے افراد کا بھوکا رہنا ضروری نہیں۔ اگر کھانوں کے وقفوں کے دوران آپ کو بھوکہ لگے تو تھوڑا سا گوشت یا بغیر بالائی کے دودھ کا ایک گلاس استعمال کیا جاسکتا ہے۔ ذیل کی چار قوت بخش غذائیں کھانے کی کوشش کیجئے: (1) روزانہ ایک سے ڈیڑھ گلاس دودھ پئیں۔ (2) روزانہ سبزیاں اور ترکاریاں کھائیں۔ (3) سلاڈ اور کچلی سبز پوں کو روزانہ اپنی غذا میں

شامل کریں۔ (4) پھل، ٹماٹر اور بند گوبھی روزانہ کھائیں۔ ترک کی ہوئی 22 غذاؤں کے نہ کھانے سے کسی بھی حیاتیات، معدنی نمکیات یا دوسرے ضروری اجزاء کی کمی واقع نہیں ہوگی بلکہ حقیقت یہ ہے کہ ان 22 غذاؤں میں کئی ایک میں یہ ضروری غذائی اجزاء موجود ہی نہیں ہوتے۔ غذاؤں کی تبدیلی سے جب ایک بار وزن کم ہو جائے تو اسے مزید کم ہونے سے روکنے کیلئے ان 22 غذاؤں میں وٹا فوٹا کسی ایک غذا کا اضافہ کیا جاسکتا ہے۔ اگر وزن دوبارہ بڑھنے لگے تو ابتدائی منصوبہ بندی پر عملدرآمد شروع کر دینا چاہیے۔ 22 غذاؤں سے پرہیز کا یہ فارمولہ نہایت موثر اور آزمودہ ہے، اس سے وزن بڑھنے کا کوئی امکان نہیں۔ (ڈاکٹر علی مسفر)

موٹاپا! دنیا بھر میں غیر طبی موت کی دوسری وجہ

اللہ تعالیٰ نے انسانی مشینری کو صحیح حالت میں رکھنے کیلئے مختلف قسم کے نظام بنائے ہیں ہر ایک کا اپنا اپنا کام ہے۔ انہی نظاموں میں سے ایک نظام چربی بنانے کا ہے۔ اگر کسی میں ایک کلو زیادہ چربی چڑھ جائے تو اس کے جسم میں ہر ایک بار ایک خون کی نالیاں بہت زیادہ بڑھ جاتی ہیں جن کی لمبائی تقریباً 3 میل تک ہوتی ہے۔ اس سے جسم کی کارکردگی پر غیر معمولی بوجھ پڑتا ہے، دل کو زیادہ دیر تک خون پمپ کرنے کی وجہ سے اپنی ہمت سے زیادہ کام کرنا پڑتا ہے اور جب اس کی ہمت جواب دے جاتی ہے تو وہ دردی شکل میں خنجر پڑتا ہے اور اس طرح دل کو کئی روگ لاحق ہو جاتے ہیں جن میں مرگی، شوگر، کینسر (معدہ اور سینے کا) پتے کی پھرتی، عام پتے کے امراض، سانس کا پھولنا (خصوصاً سینہ میں) کمر کا درد، جنوروں کا درد، ہائی بلڈ پریشر، نفسیاتی مسائل، بواسیر (خونی اور بادی) شامل ہیں لیکن نازل زندگی گزارنے کیلئے بھی اس کی ضرورت ہوتی ہے، کسی وجہ سے چربی کے یہ ریشے مقدار میں بڑھ جائیں تو نازل زندگی شروع ہو جاتی ہے۔ بھوکہ دراصل جسم کی مشین کی طرف سے اشارہ ہے کہ اس کو چھٹا پھرتا رکھنے کیلئے جو ایندھن فراہم کیا گیا ہے وہ ختم

چھوٹے بچوں کی قبض کیلئے نسخہ

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس ایک آزمودہ نسخہ ہے۔ بعض بچوں کو قبض ہو جاتی ہے جس کی وجہ سے بچے سمیت ماں بھی پریشانی میں مبتلا ہو جاتی ہے اس بیماری کا میرے پاس ایک آزمودہ نوٹک ہے جو میں قارئین کی نذر کر رہی ہوں۔ حوالہ: ثانی: چھوٹی بچل کبیر آگل۔ گریمیلین برابر اور ایک بیج شہد کس کر کے بچے کو دینا قبض دور ہو جائے گی۔ (ج.م)

بہرہ ہمیشہ باعزت رہے: بہو کی اگر سرسراں میں عزت نہ ہو تو اسے چاہیے کہ چالیس دن تک روزانہ دن کے کسی وقت میں 3125 مرتبہ پانچوٹ پڑھے اور پانی دم کر کے خود پی لے۔

باقاعدہ ایک صنعت کی حیثیت حاصل ہو چکی ہے۔ ہزاروں افراد اپنے جسم کو جاذب نظر بنانے کیلئے طرح طرح کی ترکیبیں استعمال کرتے ہیں، کتابوں میں لکھے مشوروں کو آزما رہے ہیں، ہیلتھ کلیوں کی رکنیت حاصل کرتے ہیں اور بعض تو جسم کو اپنے تصورات کے مطابق بنانے کیلئے اچھی خاصی انتہا پسندی پر اتر آتے ہیں۔ سوال یہ ہے کہ لوگ ایسا کیوں کرتے ہیں؟ یہ مشقت اور تنگ دود کس لئے؟ کون سی قوت انہیں اس حوالے سے وقت اور سرمایہ خرچ کرنے پر مجبور کرتی ہے؟ یہ دراصل اپنے جسم کا منفی تصور ہے جو ان افراد میں بے کلمی پیدا رکھتا ہے۔ موجودہ دور میں خاص طور پر لوگ اپنی جسمانی ساخت کے حوالے سے زیادہ حساس ہو رہے ہیں، جس کی وجہ سے صحت مند طرز زندگی کے بارے میں عوامی شعور کی پہلے سے زیادہ بیداری ہے تاہم مسئلہ یہ ہے کہ بہت سے مرد و زن اپنے جسموں کے منفی تصور کی وجہ سے احساس کمتری اور غذائی بے اعتدالیوں کا شکار ہو رہے ہیں ایک جائزے کے مطابق بظاہر آسودہ اور کامیاب زندگی گزارنے والے افراد اپنے اندر مسلسل خود نفرتی کا جذبہ پال رہے ہیں۔ ان لوگوں نے مناسب جسم کے حصول کو اپنی ترجیحات میں سرفہرست رکھا ہوتا ہے۔ ایک خاتون کے الفاظ ہیں ”میں ایک شاندار نوکری کرتی ہوں، اپنے کام سے دلچسپی بھی رکھتی ہوں، میری خانگی زندگی خوشگوار ہے، حلقہ احباب وسیع ہے، میرے پاس اتنا سرمایہ موجود ہے کہ بقیہ زندگی آرام سے گزار سکوں پھر بھی اپنے وزن میں کمی نہ کر پانے کو اپنی مکمل ناکامی خیال کر کے ملول رہتی ہوں۔“ اسی طرح ایک دوسری خاتون نے اپنے وزن میں چند پائونڈ وزن کی کمی کو اپنی زندگی کی سب سے اہم کامیابی قرار دیا۔ دراصل جسم کے بارے میں منفی تصور کی بنیادیں بچپن ہی میں رکھی جاتی ہیں جب بچوں کا تھقل کر کے

کریز قدموں سے آفس کی طرف بڑھیں کہ کوئی قرض دار آپ کے پیچھے ہے۔ (3) اپنے سٹاپ سے ایک سٹاپ پہلے اترنے میں کوئی حرج نہیں اس کیلئے شاید آپ کو جلد اٹھنا پڑے جس سے نیند میں تو غفل پیدا ہوگا لیکن یہ اتنا باعث تشویش نہیں جتنا کہ غفل دماغ ہے۔ (4) کام چوری کی عادت ترک کر دیں، خود بھی محنت مشقت کا کام کریں اور بچوں سے بھی کرائیں۔ (5) کھانا تیل میں پکا لیں۔ (6) کھانا کم کھانے اور زیادہ سرگرم رہنے میں کوئی حرج نہیں جبکہ زیادہ کھانے اور کم سرگرم رہنے میں نقصان زیادہ ہے۔ (7) کھانے کے دوران ہر گولے پر 11 کا پھاڑہ ضرور پڑھیں، یعنی ایک نوالے کو 11 سے 33 بار چبا لیں۔ (8) پانی میر ہو کر نہیں بلکہ سوسیر ہو کر پیئیں۔ یعنی موسم گرما میں 14 سے 22 گلاس اور دوسرے موسموں میں 10 سے 14 گلاس روزانہ پیئیں۔ (9) کم میٹھا، کم نمک، کم پکٹنا کی امراض کے علاوہ ڈاکٹروں کی چاندی ہونے سے بھی بچاؤ کا سادہ نسخہ ہے۔ (10) تازہ پھل، کچی سبزیاں اور سلاڈ کا استعمال زیادہ کریں۔ (11) کھانوں کے درمیانی وقفوں میں نہ خود کچھ کھائیں نہ بچوں کو بے وقت چاکلیٹ، میٹھائیاں، میٹھے طعام یا مشروب پینے کی عادت ڈالیں۔ (12) روزانہ مختلف کھانوں کے اوقات میں مختلف غذائیں استعمال کریں۔ بچنے کے 21 کھانوں میں 6 وقت مختلف دالیں، 6 وقت مختلف سبزیاں اور 5 وقت مختلف گوشت، مچھلی یا انڈے، 4 وقت متفرق موسم کے متفرق کھانے مثلاً دہی بھلے، خشکاش کا خانگین، نوڈلز یا چاول وغیرہ۔ (13) انسانی مشینری کی ٹیوننگ بغیر ورزش کے ممکن نہیں اس کیلئے بہترین وقت صبح ازل اور شام کھانے سے پہلے کا ہے۔ (14) سستی کو دھکا دے کر چستی سے جسم کو حرکت دیں، چھوٹے موٹے امراض خود بخود بھاگ جائیں گے۔ وقت کسی کے پاس نہیں لیکن کون ہے جسے بہتر کھلوانا اور بہتر محسوس کرنا چھانچیں لگتا تو ”ڈومور فار ہیلتھ۔“ (ختیہا پوسٹ)

کیا آپ کو اپنا جسم پسند ہے؟

ذرا سوچئے کہ اس سوال پر آپ کا جواب کیا ہوگا! یقیناً بیشتر افراد نہیں میں سر ہلا میں گے۔ ہم میں سے اکثر کو اپنے جسم کی بناوٹ پسند نہیں ہوتی اور وہ اپنی باہرنگی تو نڈ اور بے ذہب جسامت کے شاکھی ہوتے ہیں۔ آئینے میں اپنا سراپا دیکھ کر ان کا موز آف ہو جاتا ہے، ایسے افراد کی نفسیات کو مد نظر رکھ کر ایک مخصوص طبقے نے مناسب بدن حاصل کرنے کی نئی تکنیک اور پروگرام وضع کر رکھے ہیں اور ان کا دشمن کو

ہو رہا ہے اس کو پورا کرنے کیلئے جلد خوراک اور پانی فراہم کیا جائے جبکہ بسیار خوری کا تعلق جسم کو قوت فراہم کرنے سے نہیں اور نہ ہی بھوک مٹانے سے ہے بلکہ اس کا تعلق لذت دہن سے ہے۔ خواہش کی تسکین کیلئے بڑے کیا پیچھے بھی خوب مرغن غذا وقت بے وقت اچھی کھاتے ہیں کہ مزید لغتہ حلق سے نیچے اترنے کی اور ڈکار کی وجہ بھی نہیں رہتی۔ اس طرح خواہشوں کا غلام بننے کی سزا کے طور پر موٹاپا انہیں آ رہا ہوتا ہے۔ موٹاپا دو طرح کا ہوتا ہے (1) بچوں کے جسم کا وزن (2) چربی کا حجم۔ بچوں کا وزن زیادہ ان لوگوں میں بڑھتا ہے جو لوگ ورزش زیادہ کرتے ہیں یا کھلاڑی ہوتے ہیں اور بعد میں آرام شروع کر دیتے ہیں، چربی کا وزن ان افراد میں زیادہ ہوتا ہے جو خوب کھاتے پیتے ہیں۔ آج کل موٹاپا لوگوں کیلئے حقیقت میں (دورس) بنا ہوا ہے اس کی وجہ سے آپ ہر جگہ فٹ ہونے کے بجائے ان فٹ ہوتے ہیں۔ آپ کے ہاتھ روم کا شیشہ آپ کو یہ نہیں بتاتا کہ آپ موٹے ہیں، اس کیلئے ویٹ مشین کا ہونا ضروری ہے۔ بعض بظاہر موٹے یا عام سمند افراد کا وزن بھی خطرے کے نشان کے اندر ہی ہوتا ہے اور بسا اوقات دلے پتلے افراد کا وزن بھی سمند انسان کے اوسط وزن سے کہیں زیادہ آگے خطرے کی گھنٹی بجاتا ہوا نظر آتا ہے۔ دلے جسامت والے مرد کا قد 5 فٹ ہو تو اس کا وزن 53 کلو گرام کے درمیان ہونا چاہیے، اسی طرح تینوں جسامت والی (دلی، موٹی اور نارمل) 5 فٹ کی خواتین کا وزن 46 سے 50 کلو گرام کے درمیان رہنا چاہیے۔ اس قد سے 2 انچ زیادہ یا 2 انچ کم لوگوں کا وزن جاننے کیلئے 5 فٹ قد کے متعلقہ جسامت کے مرد یا خواتین کے اوسط وزن میں 3 کلو گرام کا اضافہ یا 3 کلو کی کمی کر کے معلوم کیا جاسکتا ہے۔ 40 سال سے قبل موٹاپا کا شکار ہونے والے ایسے افراد کی یہ نسبت 3 سال قبل مر جاتے ہیں جو موٹاپے کا شکار نہ ہوں۔ آج کے دور میں ہر مقام پر خواتین آپ کو مردوں کے شانہ بشانہ نظر آئیں گی چاہے وہ قمیری کام ہوں یا اسلامی، اس نیک کام میں بھی وہ مردوں سے ایک قدم آگے ہی ہیں۔ 40 سال کی خواتین اپنی ہم عمروں سے 7 سال قبل وفات پا جاتی ہیں۔ دنیا میں سگریٹ نوشی کے بعد غیر طبعی موت کی یہ دوسری بڑی وجہ تصور کی جاتی ہے، بچوں میں فریبی کا اضافہ 50 سے 100 فیصد ریکارڈ کیا گیا ہے۔

محبت کے چند اہم نکات: (1) آپ یہ سوچ لیں کہ شہر بھر کی تمام لطفیں بیمار افراد کیلئے ہیں، آپ میزبیاں استعمال کریں۔ (2) گاڑی آفس سے دور پارک کریں اور یہ سوچ

مال رزقی جان اور وقت میں برکت کھلئے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! دعا ہے میرا سوچنا رب آپ کو آپ کے اہل و عیال کو آپ کی آنے والی نسلوں کو شاد و آباد رکھے دن و گنی رات چھٹی ترقی عطا فرمائے۔ آمین امیرے پاس ایک آزمودہ و یقینہ مال، رزق، جان اور وقت میں برکت کیلئے ہے۔ میں روزانہ پانچ وقت روزانہ صبح اٹھنے سے پہلے سو یا ڈیڑھ سو مرتبہ لپٹے لپٹے پڑھتی ہوں اس سے وقت رزق میں بہت برکت ہو جاتی ہے۔ یہ میری دس سال سے روٹھن ہے میرے سارے کام ختم ہو جاتے ہیں پھر بھی ناشامانہ وقت بچ جاتا ہے۔ (میرا بانو)

سزگناہوں کے برابر ایک گناہ: حضرت معاذ الرازی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ توبہ کے بعد ایک گناہ بدتر ہے بانسبت سزگناہوں کے جو توبہ سے پہلے ہوں۔

جس سے اس کا وزن بڑھ گیا۔ اس لئے ضروری ہے کہ خوراک میں کیلوریز کا بھی خیال رکھا جائے۔ ایسی اشیاء جو چکنائی دار ہوں جن میں کیلوریز کی مقدار زیادہ ہو اس قسم کی غذا میں لحمیات اور نشاستے والی غذا کے مقابلے میں دگنی مقدار میں کیلوری فراہم کرتی ہیں۔

ایک چھٹا تک خوراک میں کیلوری کی مقدار

520 کیلوری: چکنائی، گھی، تیل، ایک چھٹا تک

210 کیلوری: شکر، ایک چھٹا تک

210 کیلوری: سیب، ایک عدد

وزن بڑھنے کی زیادہ تر چکنائی سے بھرپور خوراک ہے یعنی وزن کو کنٹرول کرنے کیلئے چکنائی والی غذا میں جیسے چاکلیٹ، پنک اور کوئلڈ ٹیکس سے پرہیز کیا جائے، بازیاری مشروبات کی جگہ تازہ جوس استعمال کیا جائے۔ سبزیاں اور دالیں پکائی جائیں اگر خواتین اپنے وزن اور خوراک کو کنٹرول رکھیں تو یقیناً موٹاپے سے نجات حاصل کر سکتی ہیں اور اپنی خوبصورتی میں اضافہ کر سکتی ہیں۔ (مزید نواز)

فاسٹ فوڈ، مٹلی و رین اور بچوں میں موٹاپا

ٹھاپیز اکلانے کی ضد کر رہی تھی، ماں نے وعدہ کیا کہ وہ شام کو اسے بیڑا شاپ لے جائے گی، دراصل وہ خود بھی چائیز کھانے کی شوقین ہے، اکثر رات کا کھانا گھر میں نہیں بناتیں، بازار سے بیڑا کلب، سینڈویچز منگوا لیے جاتے ہیں یا گھر پر ہی برگر بنا کر بچوں کو کھلا دیے جاتے ہیں اس لئے شام اور صبح کا وزن عام بچوں سے زیادہ ہے۔ موٹاپے کی وجہ سے وہ اٹھ کر پانی تک نہیں پیٹے، زیادہ وقت ٹی وی دیکھتے اور ویڈیو گیمز کھیلتے رہتے ہیں کوئی ایسی سرگرمیاں اپنانے سے گھبراتے ہیں جن کی وجہ سے ان کا وزن کم ہو۔

موجودہ دور کے والدین خود بھی فاسٹ فوڈ کے والدہ ہیں اور بچوں کو بھی اس کا عادی بنا دیتے ہیں۔ ان کے والد نے ایک دو بار بچوں کو صبح کی سیر کرنے کا مشورہ دیا مگر بچوں کی والدہ نے منع کر دیا کہ وہ صبح سویرے نہیں اٹھ سکتے۔ اس طرح ان کی نیند پوری نہیں ہوگی اور وہ سکول میں صبح طرحے سے پر حنائی کی طرف توجہ نہیں دے سکیں گے۔ ان کی پچھو نے بچوں کو چھپن چھپائی کھیلنے اور سائیکلنگ کرنے کا مشورہ دیا مگر انہوں نے ان کھیلوں کی بجائے ویڈیو گیم کھیلنے اور کارٹون دیکھنے کو ترجیح دی۔ زیادہ دیر تک بیٹھے رہنے سے ان کا وزن کم ہونے کی بجائے مزید بڑھنے لگا۔ اب تو رشتہ داروں اور احباب نے بھی کہنا شروع کر دیا کہ بچوں کو

زیادہ نظر حاصل ہوگا۔ پھر آپ کو اپنی ذات میں ایک مکمل اور منفرد ہستی ہونے کا احساس ہوگا اور پھر آپ اپنی جسمانی بناوت بہتر بنانے کے بجائے اپنے ارد گرد کی دنیا کو خوبصورت بنانے کیلئے کمر بست ہو جائیں گے۔ ایسی ذہنی تبدیلی بالکل آپ کے امکان میں ہے۔ مثبت ترغیبات (Affirmations)، تخلیقی تصویریت (Creative Visualization) اور ذہن و جسم کو مربوط بنانے کیلئے طریقے استعمال کر کے آپ اپنے جسم کے بارے میں ایک مثبت تصور کی آبیاری کر سکتے ہیں۔ یہ مثبت تصور آپ سے صرف ایک سوچ کے فاصلے پر ہے۔

وزن گھٹائیں اپنی خوبصورتی بڑھائیں

انسانی جسم ایک مشین کی مانند ہے اس مشین کو اپنا کام سرانجام دینے کیلئے ایندھن کی ضرورت ہوتی ہے اور ایندھن اس کو خوراک کے ذریعے حاصل ہوتا ہے اگر خوراک سے حاصل شدہ توانائی ضرورت سے زیادہ پہنچائی جائے تو یہ جسم میں موٹاپے کی صورت میں جمع ہوتی رہتی ہے جس سے وزن بڑھ جاتا ہے اور انسان موٹاپے کا شکار ہو جاتا ہے۔ درحقیقت موٹاپہ بہت سی بیماریوں کی جڑ ہے اس سے شرح اموات میں اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ مزید مطالعہ اس بات کا علم ہوا ہے کہ وزن میں ہر ایک پونڈ کے اضافے سے متوقع عمر میں ایک فیصد کمی آجاتی ہے موجودہ دور میں خوبصورتی کا معیار وزن کو قائم رکھنا ہے اگر وزن متوازن ہے تو انسان طویل عمر کو پہنچ سکتا ہے۔ موٹاپے کی ایک وجہ لاعلمی اور لاپرواہی بھی ہے انہماں میں ہی لوگ بہت زیادہ کھانا کھانے کے عادی ہو جاتے ہیں انہیں اس بات کا علم نہیں ہوتا زیادہ کھانے کا نتیجہ موٹاپا ہوگا۔ حدیث شریف میں بھی ہمیں ہدایت ملی ہے کہ آدمی بھوک رکھ کر کھانا ختم کرنے کے بعد تھارے پیٹ میں اتنی جگہ ہو کہ اتنی ہی خوراک اور کھانا سکوت و صحت اور معیاری وزن قائم رکھنے اور طویل عمر پہنچنے کا ایک ذریعہ اصول ہے، ضروری ہے کہ جسم کی ضروریات کے مطابق خوراک کھائیں زیادہ کھانے کی صورت میں وزن بڑھتا لازمی ہے اور اپنے کاروبار، عادات اور ورزش کو مد نظر رکھتے ہوئے خوراک کی مقدار کا تعین کریں۔ خواتین اس بات کو ذہن نشین کر لیں کہ عورت کیلئے موٹاپا ہونا فطری نہیں بلکہ اس میں ان کے اپنے افعال و کردار کا زیادہ عمل دخل ہے۔ یہاں پر ایک خاتون کا حال درج ہے جو کہ کھانا بہت زیادہ نہیں کھاتی تھی لیکن ہر کھانے کے بعد کوئلڈ ریک کی بوتلیں چڑھا جاتی ایک بوتل میں 130 کیلوریز ہوتی ہیں مزید یہ چاکلیٹ کی شوقین تھی

ایک دوسرے سے زیادہ خوبصورت قرار دیا جاتا ہے اور دبلے پتلے بچوں کی تحسین کی جاتی ہے۔ اکثر بچے اپنے والدین کو ان کی بد وضعی پر انہیں بڑبڑاتے ہوئے دیکھتے ہیں، مائیں بیٹیوں کے سامنے اپنی کھوئی ہوئی اسارٹس کو یاد کرتی ہیں۔ یوں آغاز ہی سے بچے اپنے ظاہری جسم کے حوالے سے حساس ہو جاتے ہیں۔ اپنے آپ سے سوال کیجئے کہ کیا آپ اپنے جسم کا ایک منفی تصور ذہن میں بسائے ہوئے ہیں؟ کیا آپ اپنے جسم کو ناپسند کرتے ہیں؟ کیا آپ جسم کو متناسب اور سڈول بنانے کی فکر میں ڈوبے رہتے ہیں؟ کیا واقعی اس وقت آپ کو سب کچھ مل جائے گا جب آپ کا وزن کم ہو جائے گا یا آپ کے قد، چہرے یا بالوں میں کوئی بہتری آجائے گی؟ اگر ان سوالوں کا جواب اثبات میں ہے تو ذرا ذہلی کی سطور پڑھئے: آپ کا جسم اپنے تمام خدوخال اور خطوط کے اعتبار سے ایک منفرد وجود ہے ایسا وجود اس سے پہلے کسی کے پاس تھا اور نہ آئندہ کسی کا ہوگا۔ آپ کا جسم اگر کوئی آرٹ کا نمونہ ہوتا تو اصول قرار پاتا، اگر آپ نے فلی او اکادریوں، کھلاڑیوں اور ماڈلز سے تقابل کر کے اپنے جسم کو خود اپنی نظروں میں گرا رکھا ہے، اپنے جسم کو ناپسند کرنے کیلئے آپ اس جواز کو کافی سمجھتے ہیں کہ دوسرے لوگ اسے تنقید یا تضحیک کا نشانہ بناتے ہیں۔ پیدائش سے لے کر اب تک آپ کے جسم اور اس کے اعضاء نے آپ کیلئے جو کچھ کیا ہے، اسے آپ فراموش کر دیتے ہیں اور محض دوسروں کی باتوں میں آکر اس کے سارے احساسات پس پشت ڈال دیتے ہیں۔ ذرا سوچئے اگر آپ کے پاس احساسات ہوتے تو اپنے بارے میں آپ کے خیالات جان کر اسے کتنا رنج ہوتا۔ آپ کا جسم آپ کے سوا کسی دوسرے شخص کو نہیں جانتا، اس لئے اپنی خدمات کا صلہ صرف آپ ہی سے چاہتا ہے اور آپ ہی کے من سے اپنی تعریفیں سننے کا خواہشمند ہے۔ دوسرے لوگ خواہ کچھ ہی کہتے ہیں، اس کے نزدیک صرف آپ کے تاثرات اہم ہیں۔ آپ کو سمجھنا چاہیے کہ اپنے جسم کو آپ خود محبت بھری نظروں سے نہیں دیکھیں گے تو کوئی دوسرا ایسا کرنے والا نہیں۔ جسم کے بارے میں آپ کے تصور کا بہت گہرا تعلق اس بات سے ہے کہ آپ اپنی زندگی سے کس طرح لطف اندوز ہوتے ہیں۔ اس تصور میں تبدیلی لاکر دراصل آپ اپنے طرز زندگی کو بدل سکتے ہیں۔ جب آپ اپنے جسم کو دل سے قبول کرتے ہوئے اسے اپنائیت کی نگاہ سے دیکھنے لگیں گے تو زندگی اور دنیا کے حوالے سے آپ کو نیا

وزن کنٹرول کروائیں ورنہ ان کی صحت متاثر ہوگی۔

موٹاپا مگر کیوں.....؟

بیماری جس کو عام لفظوں میں موٹاپا کہتے ہیں کی مختلف وجوہات ہیں اور اس کا طب یونانی میں بہت زود اثر، مفید اور کم خرچ علاج ہے مگر یہ اس وقت ممکن ہے جب مریض معالج سے رابطہ کرے، تشخیص کرائے کہ موٹاپے کی وجوہات کیا ہیں؟ ان تمام وجوہات کا جاننا ایک مستند معالج کا کام ہے۔ معالج اور مریض علاج کرنے اور کرانے میں مخلص ہوں تو کوئی وجہ نہیں کہ اللہ تعالیٰ شفا نہ دے۔ موٹاپے کی وجوہات میں ایک وجہ جلد کے نیچے چربی کا جتنا ہے جو ٹھوس موٹاپا کہلاتا ہے۔ اس موٹاپے کی وجہ سے انسان خواہ عورت ہو یا مرد بظاہر خوبصورت موٹا تازہ لگتا ہے مگر ضرورت سے زیادہ موٹاپا کسی کام کا نہیں ہوتا۔ زیادہ موٹاپا بے قاعدہ زندگی گزارنے سے ہی آتا ہے۔ موٹاپے کی دوسری قسم جسم میں ریاحی امراض پیدا ہونے سے ہوتی ہے۔ جسم مختلف جگہوں سے پھولا پھولا لگتا ہے جس کی وجہ سے انسان بھدا لگتا ہے، پیٹ بعض اوقات فٹبال کی مانند ہوجاتا ہے، بازو اور کولہ بھاری بھاری لگتے ہیں۔ اسی طرح خواتین میں موٹاپا خاص طور پر زچگی کے ایام میں بد پرہیزی سے آتا ہے۔ زچگی کے دنوں میں سرد پانی اور سرد اشیاء کا استعمال پیٹ بڑھنے میں مدد دیتا ہے۔ کولہوں والی جگہ بھاری ہوجاتی ہے۔

موٹاپا کے اسباب میں بادی، پکنتانی والی اشیاء کا استعمال، زیادہ آرام طلبی، مسلسل بیٹھے رہنا شامل ہے۔ وقت بے وقت غذا کا کھانا خاص طور پر سوتے وقت غذا کا استعمال موٹاپا پیدا کرتا ہے۔ گوبھی، آلو، پراٹھا، بڑا گوشت، تلی ہوئی اشیاء، بیکری کا سامان، کولا مشروبات، کافی وغیرہ، فاسٹ فوڈز موٹاپا جیسی بیماریوں کا سبب ہیں۔ ایسی غذا کھانے سے معدے کو ضرورت سے زیادہ کام کرنا پڑتا ہے۔ ابھی ایک غذا ہمیں ہونٹیں پاتی کہ دوسری خوراک معدے میں چلی جاتی ہے اور اوپر سے ٹھنڈی بوتل پی لی۔ جب غذا معدہ میں خراب ہوتی ہے تو وہ گیس بنتی ہے جس کی وجہ سے وہ گیس ہمارے جسم و جان کی رگوں میں پھیلتی ہے جس سے جسم رفتہ رفتہ بے ڈول ہوتا جاتا ہے۔ موٹاپا اگر موروثی نہیں ہے تو اپنی غذا پر توجہ دیں۔ سمارٹ سلم بننے کے شوق میں بھوکا رہنا یعنی ڈائٹنگ کرنا کسی طرح بھی فائدہ مند نہیں۔ ضرورت سے زیادہ بھوکا رہنا انسان کو جسمانی و دماغی طور پر کمزور کر دیتا ہے۔ بعض نوجوان لڑکیاں سمارٹ سلم بننے کے شوق میں کھانے پینے سے اس قدر پرہیز کرتی ہیں کہ

کر دیا جائے بلکہ اس کی جگہ شکر استعمال کی جائے، بالائی اتار کر دودھ پلایا جائے یا اس کی جگہ بغیر بالائی کے دہی استعمال کر دوائی جائے۔ برگر، چیس، چاکلیٹ اور آئس کریم کا استعمال صرف مینے میں ایک دو بار ہی کیا جائے۔ بچوں کو ڈاکٹر کی ہدایات پسند نہیں آئیں کیونکہ وہ شروع ہی سے زبان کے ڈانٹے کے عادی تھے۔ عموماً ہمارے ہاں سادہ غذا کو غربت کی علامت سمجھا جاتا ہے اور فاسٹ فوڈز، برگر، پیزا وغیرہ کو امیرانہ غذا محسوس کیا جاتا ہے جو غلط ہے۔ دراصل ایسے بچوں کی طرز زندگی کے ذمہ دار والدین ہوتے ہیں، بچے کو شروع دن سے آپ جس چیز کا عادی بنائیں گے وہ بن جائے گا۔ آپ زبان کے ڈانٹے کیلئے فاسٹ فوڈ لیتے ہیں، بوتل چیس کھاتے ہیں تو بچے کے منہ میں تھوڑا بہت ڈال دیتے ہیں جس سے وہ ایسی چیزیں کھانے کا عادی ہوجاتا ہے۔ اگر بچہ ایسی چیزیں کھانے کے باوجود موٹاپے میں مبتلا نہیں ہے تب بھی ایسی چیزوں کا باقاعدگی سے استعمال بچے کیلئے نقصان دہ ہوتا ہے جس سے اس کی صحت یقیناً متاثر ہوتی ہے۔ ایسے بچوں میں آرام طلبی کی عادت اتنی پختہ ہوجاتی ہے کہ اگر انہیں کوئی کام کرنے کیلئے کہا جائے تو وہ اتنے غصے سے دیکھتے ہیں کہ کام کہنے والے کا دل چاہتا ہے کہ خود ہی کام کر لیا جائے۔ طبی ماہرین نے والدین پر زور دیا ہے کہ موٹے بچوں اور نوجوانوں کو فاسٹ فوڈز سے دور رکھا جائے بلکہ ٹین ایج لڑکیوں کو بھی ایسی غذا کا زیادہ استعمال نہیں کروانا چاہیے۔ ہو سکتا ہے اس کے نتیجے میں ان کے ہاں جو بچے پیدا ہوں وہ پیدائشی طور پر ذیابیطس کے مریض ہوں۔ ایسے بچوں کو صرف مشورے یا ہدایات دینے سے کام نہیں چلے گا۔ اس کیلئے ضروری ہے کہ والدین خود بھی متوازن غذا کھائیں اور انہیں بھی سادہ غذا لینے پر مجبور کریں۔ بچوں کو کسی چیز کی طرف راغب کرنے کیلئے ضروری ہے کہ خود اس کی مثال پیش کی جائے۔ کسی بھی وقت کھانے سے پہلے تھوڑی واک یا ورزش کر لینی چاہیے۔ علاوہ ازیں بچوں کو جسمانی سرگرمیوں کی طرف راغب کریں۔ اس سے تھکن میں اضافہ نہیں ہوتا بلکہ بچے زیادہ چست ہوتے ہیں۔ حال ہی میں بچوں اور نوجوانوں میں صحت مندانہ کھانے پینے اور ورزش کو فروغ دینے والے ماہر نیو یارک سٹیمین نے موٹاپے کا شکار بچوں کے والدین کو مشورہ دیا ہے کہ وہ ایسے بچوں کوئی وی اور بیٹھ کر کام کرنے والی سرگرمیوں سے دور رکھیں اور جسمانی سرگرمیوں کی طرف راغب کریں۔

(ڈاکٹر نذیرہ سلیم ماہر نفسیات)

ایک آدھ مرتبہ بچوں کی پھپھو نے انہیں اپنے ساتھ مل کر کام کرنے کی دعوت بھی دی۔ عمر کو اس کا یہ وہ پودوں کو پانی دیا کرے مگر بچوں کی والدہ نے منع کر دیا کہ جب اس کام کیلئے ملازم موجود ہے پھر بچوں سے کام کروانے کا فائدہ۔ بچوں کی پھپھو نے ثناء کو گلدان میں پھول سجانے کیلئے کہا تو ماں نے اسے روک دیا اور خود گلدان سجائے لگی۔ بعض ماںیں بچوں کو خود بھی کوئی کام نہیں کرنے دیتیں۔ وہ اس بات سے نا بلند ہوتی ہیں کہ کام کرنے اور جسم ہلانے سے بچوں میں چستی پیدا ہوتی ہے اور ان کی سوچ تعمیری ہوتی ہے۔

یہ سچ ہے کہ موجودہ دور کے بچوں پر پڑھائی کا لوڈ ہے، وہ بھاری ہلے اٹھاتے ہیں، سکول سے واپس آ کر وہ مولوی صاحب سے سپارہ پڑھتے ہیں، پھر رات گئے تک ہوم ورک کرتے ہیں۔ ایسے میں انہیں اگر کوئی کام کہہ دیا جائے تو ماں منع کر دیتی ہے کہ بچہ پہلے ہی تھکا ہوا ہے اور یہ نہیں سوچتیں کہ بچہ کئی وی دیکھنے یا ویڈیو گیمز کھیلنے سے کہیں بہتر ہے کہ وہ اچھل کود کریں اور جسمانی سرگرمیاں اپنائیں تاکہ وزن کم ہونے کے ساتھ ساتھ ان کی سوچ بھی تعمیری ہو۔

بچوں کی والدہ بھی چونکہ کسی سکول میں استاد ہیں، وہ ہری ذمہ داری کی وجہ سے وہ زیادہ سوشل نہیں ہیں۔ اس لئے والدین نا سبھی کی وجہ سے ان کے کھانے پر توجہ دے رہے ہیں۔ انہیں واک یا سیر کرنے کیلئے نہیں لے جاتے اور نہ ہی کسی قسم کی ورزش کرنے کیلئے رضامند ہوتے ہیں، بچے بھی موٹاپے کے باوجود چکن، برگر، چیس اور چاکلیٹ پسند کرتے ہیں۔ دال روٹی سبزی ان کے حلق سے نیچے نہیں اترتی جس دن سبزی یا دال پکتی ہے اس دن بچے بازار پر چیزیں کھانے کی ضد کرتے ہیں جو والدین چپ چاپ مان لیتے ہیں۔ گھر میں اگر کوئی مرد موجود نہ ہو تو جھٹ کسی فاسٹ فوڈ ریسٹورنٹ میں ہوم ڈیلیوری سروس کا آرڈر بک کروا دیا جاتا ہے تاکہ ان کا حد سے زیادہ لاڈلہ بچہ کہیں بھوکا ہی نہ سو جائے۔ اس قسم کے بچے عام طور پر کھانے کی وی دیکھتے ہیں اور سو جاتے ہیں جس کے نتیجے میں ان کے جسم میں فالٹو چربی کی اتنی تھیں بچہ جاتی ہیں کہ والدین کیلئے بعض اوقات ان کا موٹاپا مسئلہ بن جاتا ہے۔ عام طور پر بچے ناشتے میں پراٹھا، آلیٹ پسند کرتے ہیں، ایک مرتبہ بچوں کے والدین ماہر غذا سے ملے تو اس نے مشورہ دیا کہ بچوں کو مینس یا جو کے آٹے میں خالص گندم کا بغیر چھٹا آٹا ملا کر روٹی کھلائی جائے۔ اس کے علاوہ سادہ غذا کھلائی جائے جو متوازن بھی ہو اور چینی کا استعمال کم

حاجات پوری: حاجت پوری کرنے کیلئے ہمدی شب کو **هُوَ الشَّيْءُ بِنِعْمَةِ الْعَلِيِّ** کو چند آویں کرنا اور ہزار مرتبہ پڑھیں اور سب لکرا اللہ کے حضور اپنی حاجت پوری ہونے کیلئے دعا کریں۔ یہ عمل سات مرتبہ کریں۔

استعمال کروائیں۔ یہ مستقل علاج ہے۔ اگر چہرے سے نشان وغیرہ ختم نہ ہوں تو یہ نسخہ کریم استعمال کر لیں۔ دس دن میں نشان ختم ہو جائیں گے بہت زیادہ مریضوں کو استعمال کروایا جو کہ ٹھیک ہو گئیں۔

دس دن میں چہرے کی چھائیاں ختم

سلطنت لٹچ کریم ایک ڈبلی جٹو ویٹ سبز چھوٹی ایک عدد آرمی کریم دو عدد ڈرمو ویٹ ایک ڈبلی زعفران ایک رتی عرق گلاب دو چمچ، مغز بادام امریکن پانچ دانے۔ ایک چمچ ابن کاذال لیں اس کو گری میں فروغ میں رکھیں اور روزانہ رات کو لگا کر سو جائیں۔ انشاء اللہ دس دن میں چہرے کے تمام نشان ختم ہو جائیں گے اور دوبارہ بھی نہ ہوں گے۔

نوٹ: اگر ماہواری کی خرابی سے چھائیاں پڑ گئی ہیں تو اپنی ماہواری کا پہلے علاج کروائیں۔ چہرے پر رنگ برنگی کر لیں استعمال نہ کریں اپنے چہرے کو خراب نہ کریں۔ یہ نسخہ آپ کی خدمت میں لکھ دیا ہے۔ ٹھیک ہونے پر دعاؤں میں یاد رکھیں۔ اگر چہرے کو صاف ستھرا کرنا ہے تو ابن کاذال کی خدمت میں روج ذیل دستیاب ہے۔

ابن کاذال جواب نسخہ: حوالہ: 500 گرام چھلکا کنوں 50 گرام چھلکا لیموں 50 گرام کچور 50 گرام ہلدی 50 گرام گل کیسو 50 گرام مغز بادام 100 گرام صندل سفید اصل 50 گرام زعفران 5 گرام حسن پوست 25 گرام تخم شلجم 25 گرام دال چنا 50 گرام گل سرخ ایرانی 25 گرام تخم باقلہ 25 گرام نشا 25 گرام۔

کم تر خواہے پریشان لیں آزمودہ دمانی عمل

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم اللہ پاک آپ پر اپنی خاص رحمت ہمیشہ نازل فرمائیں آپ کی زندگی جان مال میں ہمیشہ برکت عطا فرمائیں اور آپ کا سایہ ہم پر ہمیشہ قائم فرمائے۔ آمین! محترم حضرت حکیم صاحب! میں ایک پراسیوٹ فرم میں کام کرتا تھا جس کی تنخواہ بہت کم تھی! گھر میں کمانے والا میں اکیلا آدمی ہوں والدین بیوی بہن بھائی اور تین بچیوں کی کفالت میرے ذمے ہے۔ پریشانی یہ تھی کہ اس تنخواہ میں گزارہ بہت ہی مشکل سے ہو رہا تھا۔ میں نے عبقری سے ایک وظیفہ پڑھا جو کہ یہ تھا کہ ہر نماز کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ دل و آخروں و شریف و ریمان میں 1111 دفعہ یا مٹھنی اور پھر گیارہ دفعہ سورہ مزمل پڑھنی تھی۔ الحمد للہ! میں نے یہ وظیفہ پڑھا بھی میں دن ہی پڑھا تھا مجھے ایک اس سے بڑی فرم سے جاب کی آفر آگئی جس کی تنخواہ اس سے بہت بھتر ہے۔ (محمد فرم ادا نصاریٰ)

سے استعمال وزن کم کرنے میں بے مثال ہے۔ اس کے علاوہ قریب دینی مرکبات سفوف مہزل، عرق زرد، عرق مکوہ بھی مفید ادویات ہیں۔

موٹاپے کیلئے معمولات

صبح و شام: اپنی فیت و عدد ہمارا عرق مکوہ نصف کپ بعد از غذا: جوارش کوئی نصف چمچ چائے والا۔ اکسیر جگر سبب دودھ پانی کے ساتھ۔ سوتے وقت: جب کہ نوشادری تین عدد پانی کے ساتھ۔ غذا: از دودھ و تخم افندہ، مسکف جلیبن اور چوکر کی روٹی کا استعمال کریں۔ پرہیز: بھیل، بادی، مرغن اور میٹھی افندیہ سے پرہیز کریں۔

میرے سالہا سال کے

آزمودہ طبی معربات قارئین عبقری کی نذر

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں رسالہ عبقری دیکھنے 9 سال سے مسلسل پڑھ رہا ہوں۔ اس رسالے سے مجھے بہت خاص راز ملے ہیں جن سے مجھ سے میرے اہل و عیال رشتہ دار اور ملنے جملے والوں کو بہت فائدہ ملے۔ میرے پاس کچھ میرے خاندانی راز ہیں جو ہم سالہا سال سے آزار ہے ہیں اور خوب پارے ہیں۔ عبقری کی بخل شکنی کی روایت کو توڑتے ہوئے وہ راز میں قارئین عبقری کی نذر کر رہا ہوں۔

نسخہ برائے چھائیاں کیلئے: حوالہ: 20 گرام گل گاؤ زبان 20 گرام گل نیلوفر 20 گرام تربلہ 20 گرام فولاد پتری 20 گرام نشا و ٹھیکو 20 گرام محوٹھ 20 گرام تیز پات 20 گرام۔ سرویوں کیلئے: ابریش سفید 20 گرام صندل سفید 20 گرام گاؤ زبان 20 گرام ٹاٹری (ست لیموں) 20 گرام آب انار 250 گرام آب کنوں 250 گرام آب سیب 250 گرام۔ اگر آب کنوں نہ ملے تو تربوز کا پانی ڈال سکتے ہیں۔ ترکیب: بناوٹ: تمام جزی بوئیوں کا جو ہر نکال کر بعد میں جو ہر میں تمام پانی ڈال کر چینی 750 گرام ڈال کر شربت تیار کریں ٹاٹری یعنی کہ لیموں کا ست شربت بناتے وقت ڈالیں شربت تیار ہے۔ افعال و استعمال: صبح و شام ایک ایک چمچ صبح تھار منہ اور شام کو عصر کے وقت استعمال کریں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

جن عورتوں کے چہرے پر چھائیاں خون کی کمی کی وجہ سے پڑ جاتی ہیں اور جن عورتوں کو ماہواری زیادہ ہووے بھی خون کی کمی کا شکار ہو جاتی ہیں جس کی وجہ سے چہرے پر چھائیاں کے وجہ سے پڑ جاتے ہیں ایسی بہت سی خواتین کو یہ نسخہ استعمال کروایا ان کو بہت زیادہ فائدہ ہوا اور ان کے چہرے بالکل صاف ستھرے ہو گئے۔ یہ نسخہ کم از کم دو ماہ

پینے، ہضم کرنے اور جزو بدن بنانے سے ناواقف ہو جاتا ہے۔ جب شدت کی کمزوری بڑھتی ہے تو ڈانٹنگ زود مریض لوگوں کے کیسے سننے پر جب غذا شروع کرتا ہے تو معدہ غذا قبول کرنے سے انکار کر دیتا ہے۔ اس طرح وہ شخص باوجود پرہیز کے بیمار رہتا ہو جاتا ہے۔ یہ سب خود تشخیص علاج کا نتیجہ ہوتا ہے۔ اس لئے بھی معالج سے مشورہ کئے بغیر کوئی عمل نہیں کرنا چاہیے۔

گیس سے پھولے ہوئے مریض بادی اشیاء سے پرہیز کے ساتھ ایک گلاس نیم گرم پانی میں شہد ایک چمچ، لیموں ایک عدد ٹیچوڑ کر ملائیں اور ایک گلاس صبح ایک شام پیئیں۔ کھانا ضرور کھائیں مگر بھوک رکھ کر کھائیں، جب ایک غذا کھائیں کم از کم چار گھنٹے گزر جائیں تو دوسری غذا استعمال کریں۔ دودھ بالائی اتار کر پیئیں، تازہ پھل برہ قسم استعمال کر سکتے ہیں۔ قبض کی صورت میں اسپتول ثابت ایک چمچ سوتے وقت ہمارا نیم گرم دودھ پیئیں۔ جھدا اور پھولا ہوا بدن چند ہفتوں میں مسلم اور مارت نظر آئے گا۔

اگر مونا مریض خوش بدن کا مانگ ہے، چلنا پھرنا دویج محسوس کرتا ہے، سوتے میں بھی تنگ ہوتا ہے تو وہ مریض خواہ مرد ہو یا عورت فوری طور پر چھائیاں والی اشیاء بند کر دے۔ پکوڑے، سموے، بیکری کی اشیاء اور تمام مٹھائیاں بند کر کے باقاعدہ علاج کرائے، نزدیک ترین معالج سے رابطہ کریں۔ صبح و شام سیر کی عادت ڈالیں۔ کھانا کھانے کے بعد پانی پیئیں، نیم گرم پانی میں سرکہ ایک چمچ ملا کر کھوٹی ثابت ایک چمچی منہ میں ڈال کر سرکہ ملا پانی پی لیں۔ آپ مندرجہ ذیل نسخہ خود سے خرید کر گھر پر تیار کریں اور صبح و شام نصف چمچ ہمارا نیم گرم پانی استعمال کرتے رہیں۔ حوالہ: 50 راتی 50 گرام کو سرکہ انگوری میں اتار کر کریں کہ رانی سے ایک انگلی اوپر رہے جب خشک ہو جائے تو سہاگہ بریاں 30 گرام، حجم کرفس 10 گرام ملا کر سفوف بنالیں اور 3 گرام صبح، 3 گرام شام ایک چمچ سرکہ انگوری ایک گلاس پانی میں ملا کر استعمال کر سکتے ہیں۔ اس طرح موٹاپے سے نجات حاصل کریں۔ بعض خواتین یا مرد حضرات جن کے پیٹ بڑھ جاتے ہیں اور جسم بے ڈول اور بے ڈھنگا لگتا ہے وہ لوگ بھی بادی اشیاء سے پرہیز کریں۔ بکلی ورزش اور صبح کی سیر ضرور کریں، کھانا بھوک سے کم استعمال کریں۔ غذا میں تازہ پھل ضرور لیتے رہیں۔ کھانا کھانے کے بعد پھل قندی ضرور کریں۔

نوٹ: قرشی کی اپنی فیت گولیوں کا بھی معالج کے مشورے

بہترین کلام: حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا کہ بہترین کلام وہ ہے جس سے نہ شے والے کو ملال ہو اور نہ وہ اس پر گراں ہو۔

تمام اشیاء کا کچھ بنا کر اس کو رات سونے سے دو گھنٹے پہلے چہرے پر لگا کر خشک ہونے پر چہرہ دھوئیں۔

مردانہ دوزخ نامہ امراض کیلئے بے مثال نسخہ خاص

حوالہ ثانی: جھوٹہ 250 گرام سپاری کا شی 100 گرام ان دونوں اشیاء کا سفوف تیار کریں۔ چھوہارے 250 گرام پانی میں بھگو کر سفوفی نکال کر اچھی طرح پارک کر لیں۔ گائے کا دودھ پانچ کلو میں تینوں چیزوں کو پکائیں اور اس کا کھو یا سا بنالیں۔ مونگ 50 گرام، گوند نکیر 100 گرام نشاستہ گندم 100 گرام گائے کا گھی آدھ کلو۔ تینوں چیزوں کا سفوف تیار کر کے گائے کے گھی میں بھونیں۔ 250 گرام مغز بادام کا طحلیہ سفوف بنا کر بعد میں شامل کر لیں۔ چینی چار کلو کا قوام تیار کریں۔ کچھوا 250 گرام، کمرکس 100 گرام، گرمی برادہ 100 گرام، دارچینی 25 گرام، قلعہ مصری 25 گرام، لوگ 25 گرام، الائچی خورد 25 گرام، منڈھ 25 گرام، گل پتہ 10 گرام، پھلی سپاری 10 گرام، جاکھل 10 گرام۔ ان تمام چیزوں کا سفوف تیار کر کے قوام میں پہلے کھو یا جو سب سے پہلے بنایا تھا اس کے بعد مغز بادام گھی میں بھونا ہوا سفوف ملا کر باقی ادویات بھی شامل کر لیں۔ زعفران 2 گرام، عرق گلاب 120 گرام شامل کر کے مجون تیار کریں۔ افعال و استعمال: صبح و شام نہار منہ دودھ کے ساتھ ایک گھی استعمال کریں۔ اس مجون سے ایک نہیں دوئیں، سینکڑوں مریضوں کو اللہ رب العزت نے شفا عطا فرمائی ہے۔ اس سے کسی قسم کا نیکور یا ہو چاہے پیٹے یا سفید رنگ دونوں میں بے حد مفید ہے۔

بڑھاپٹ اور معدے کی تمام خرابیاں ختم

دوا آزمودہ نسخہ حاضر میں

برائے تخیر معدہ: گھیس، پیٹ کا بڑھ جانا، پیٹ کو کم کرتی ہیں نسخہ آپ کی خدمت میں حاضر ہے دعاؤں میں یاد رکھیں۔ حوالہ ثانی: اسارون 140 گرام، عود نکیر 300 گرام، دارچینی 300 گرام، جاکھل 300 گرام، جزیان 300 گرام، مگال 300 گرام، الائچی خورد 300 گرام، پانچ کلو شہد سات کلو۔ تیاری: جوارش: تمام چیزوں کا سفوف تیار کر کے شہد اور چینی کا قوام بنا کر سفوف ملا کر مجون تیار کریں۔ صبح و شام ایک ایک گھی کھائیں انشاء اللہ لا جواب قائم ہوگا۔

جوارش ہمسارہ: جلو تری 120 گرام، جج 120 گرام، الائچی خورد 120 گرام، منڈھ 120 گرام، مگال 120

گرام، دارچینی 120 گرام، کڑوہ 120، لوگ 18 گرام، کالی مرچ 200 گرام، الائچی کال 500 گرام، چینی اڑھائی کلو شہد اڑھائی کلو۔ ان تمام اشیاء کا سفوف کرنے کے بعد یہ ایک مجون تیار ہو جائے گی۔ نسخہ نمبر ایک اور نسخہ نمبر 2 بنالیں۔ اگر معدہ میں تیزابیت ہو تو جوارش ہمسارہ کو نہ کھائیں۔ اگر کھانے سے تیزابیت ہو تو جوارش ہمسارہ بند کر دیں بعد میں جب تیزابیت ختم ہو جائے تو پھر ان دونوں کو استعمال کریں، دونوں میں سے ایک ایک چمچ استعمال کرنے سے پیٹ کم ہو جاتا ہے اور گیس معدہ سے ہوئی بریادی بھی ختم ہو جاتی ہے۔ بہت سی خواتین و مرد حضرات کا اسے کھانے سے مونا یا ختم ہو چکا ہے بدن میں چستی آ جاتی ہے۔ انشاء اللہ

غارش کیلئے مجرب: حوالہ ثانی: گندھک آملہ سار 10 گرام۔ پارو 10 گرام۔ ان دونوں چیزوں کو کھل کر لیں۔ مردہ سنگ 10 گرام، گیمرو 10 گرام، کھیلا 10 گرام، نیلا تھوٹھا 10 گرام، سفید کاشغری 10 گرام، برگ حنا 10 گرام۔ ان تمام اشیاء کو پیس کر سفوف تیار کریں اور جب سفوف تیار ہو جائے تو روغن زایل میں اس تمام سفوف کو کمس کر لیں اور یہ تیل پورے جسم پر مالش کریں اور بعد میں نیم کے جوشاندہ سے غسل کر لیں۔ یہ نسخہ ہمارے علامہ نوراحمد قاسمی صاحب بنایا کرتے تھے پھر انہوں نے مجھے دے دیا اور اللہ نے وہ دودھ مریض اس نسخہ سے ٹھیک کیے جو ڈاکٹروں سے مایوس ہو چکے تھے۔

گھیس، تخیر، دائمی قبض سے یقینی نجات

حوالہ ثانی: پکڑو 250 گرام، زیرہ سفید ایک ہزار گرام، بڑ زرد ایک ہزار گرام، آملہ مقصرہ 400 گرام، میوہ 500 گرام، کالی مرچ 200 گرام، منڈھ 200 گرام، دارچینی 100 گرام، نشادر ٹھیکو 500 گرام، ملٹھی پیسی 200 گرام، سفوف 500 گرام، لوگ 100 گرام، سابیگی ایک ہزار گرام، اجوائن دہی 300 گرام، کالانک 1000 گرام، تازی دانے دار 100 گرام، بیٹھا سوڈا 500 گرام، نمک شیشہ 300 گرام، آچھور 1000 گرام، گھی پودینہ 100 گرام، پودینہ خشک 200 گرام، ست پودینہ 25 گرام۔ ست اجوائن 50 گرام، بڑ جلاہ 150 گرام۔

ان تمام چیزوں کا سفوف تیار کریں۔ خوراک: کھانا کھانے کے بعد نیم گرم پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ اس ہنگی سے بدہشی، گھیس، تخیر، معدہ، دائمی قبض، تیزابیت، جلن و غیرہ یہ ہنگی معدہ کی تمام امراض کیلئے مجرب ہے۔ میرے دوستوں

بھائی بزرگوں کو سہیو! یہ ہنگی میری دکان کی شہرت کی خاص آکسم ہے۔ یہ ہم کرشل بیچتے ہیں لوگ "کرشہ ہنگی" کا نام لے کر خریدتے ہیں۔ اس ہنگی کو اپنے دوست بھائی عزیز رشتہ داروں کو بھیجتے ہیں۔ یہ ہنگی دکان داروں کیلئے مجرب نفع بخش چیز ہے۔

قبض کیلئے مجرب نسخہ: حوالہ ثانی: کالادانہ (عشق چچ) سقمونیہ زیند عصارہ، مسمر، زنجبیل، بڑ جلاہ، گوند نکیر۔ تمام چیزیں ہم وزن لے کر سفوف تیار کریں اور پنے کے برابر گولیاں تیار کریں۔ افعال و استعمال: رات کو سوتے وقت نیم گرم دودھ کے ساتھ استعمال کریں اگر زیادہ قبض ہو تو دو گولیاں استعمال کریں۔ ان گولیوں سے دائمی قبض بھی ٹھیک ہو جاتی ہے اور ان سے بہت لوگوں کو فائدہ ہوا۔

رج درد کیلئے مجرب نسخہ حاضر ہے: حوالہ ثانی: کالی مرچ 4 گرام، مسمر 4 گرام، سہاگ سفید 2 گرام، اجوائن خراسانی 4 گرام، نمک سفید 2 گرام، کوزقہ 4 گرام۔ ترکیب بناوٹ: تمام ادویات کو کوٹ پیس کر سفوف بنائیں۔ رات کو سوتے وقت دودھ گولیاں استعمال کروائیں۔ یہ جوڑوں کے درد و رج درد کیلئے بہت مجرب ہے۔ اس نسخہ سے بہت مریض صحت یاب ہوئے ان کو اللہ تعالیٰ نے ٹھیک کیا جن سے چلا نہیں جاتا تھا اور ناز نہیں پڑھ سکے تھے۔

ہنگی کیلئے مجرب: حوالہ ثانی: ملٹھی میں گرام، مصری پچاس گرام۔ ایک پاکیانی میں پکائیں جب آدھ پاؤڑہ جائے تو آدھ آدھ گھنے کے بعد ایک ایک گھی چھ پلا تے رہیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ ایک مریض دکان پر آیا اس کو ہنگی لگی ہوئی تھی وہ کہنے لگا میں پانچ چھ ماہ سے پریشان ہوں میرا کوئی حل کریں آپ کی مہربانی ہوگی۔ میں نے کہا بھائی بات یہ ہے میں تو حل نہیں کر سکتا۔ اس کا حل تو اللہ پاک ہی کریں گے میں نے

روشن ستارے

اللہ تعالیٰ کے نزدیک سب سے پیارا عمل اللہ تعالیٰ کی خاطر محبت اور اس کی خاطر ناراضگی ہے۔ لوگوں کو اپنی پاکیزگی نہ جتایا کرو اللہ تعالیٰ پر ہیز گاروں کو خوب جانتا ہے۔ اللہ کو سب سے زیادہ محبوب وہ آدمی ہے جو اس کے بندوں کے ساتھ سب سے زیادہ بھلائی اور خیر خواہی کرتا ہے۔

ہڈیوں کے درد کا روحانی علاج

سورہ یسین آیت نمبر 77 سے 79 تک ہر نماز کے بعد گیارہ مرتبہ پڑھئے اور آخر گیارہ مرتبہ درود شریف ضرور پڑھیں۔ آزمودہ ہے انشاء اللہ شفاء کاملہ نصیب ہوگی۔ آمین ثم آمین۔ (ناصرہ ٹارا سلام آباد)

گاڑ کے پاس سے معدہ مندرمت ہائے نگا کر کا چار مربع انک اور بالی ملا کر کھانا چاہے معدہ کو طاقت دیتا ہے۔ مگر کئی کے امراض دور کرنے میں بہترین ہوتا ہے۔ کھانے کے دوران تھوڑا استعمال مفید ہے۔

یہ نسخہ اس کو دیا اور اسی وقت ملازم کو کہا بھائی دو پڑیاں ہلدی پس کی لے آؤ اسی وقت پانی سے اس کو دو پڑیاں کھلا دیں تو اسی وقت اس کی ہنگی بند ہوئی اور پھر اس نے گھر جا کر یہ نسخہ بھی استعمال کیا اس کی ہنگی ہمیشہ کیلئے بالکل ٹھیک ہوئی۔ ایک اور واقعہ یاد آیا کہ ہمارے شہر بہاولپور میں ایک ڈاکٹر صاحب ہیں وہ میرے پاس آئے اس نے کہا میاں صاحب میں تو بہت تلک ہوں میری ہنگی بند نہیں ہوتی۔ میں نے بہت علاج کروائے ہیں اور خود بھی کئے ہیں ہنگی بند نہیں ہوتی۔ میں نے ان کو درج بالا نسخہ استعمال کروایا تو اللہ نے ان کو شفا و عنایت فرمائی۔

اکبر جگر کھٹے مجرب: حوالہ: ریوند خطائی پچاس گرام نشادر ٹھیکڑی پچاس گرام قلمی شورہ پچاس گرام۔ پیلا یرقان ہو چاہے پاؤں جمل رہے ہوں ان کیلئے بہت مجرب ہے۔ خوراک: صبح و شام ایک ایک چمچ شربت بزدوری کے ساتھ استعمال کریں۔ یہ نسخہ بھی ہماری دکان کا مجرب ہے اس سے سینکڑوں مریض صحت یاب ہو گئے ہیں یرقان پیلا ہو یا جگر میں گری ہو وہ بھی ختم ہو جاتی ہے۔

بدانی درد میں یا نخی چوٹ سب ختم (مغرب): حوالہ: آئینہ ہلدی 25 گرام مید و لکڑ 25 گرام مصبر 25 گرام گوشت کیکر 25 گرام۔ بناوٹ: ان تمام چیزوں کو رگڑ کر سلف تیار کر لیں۔ سفوف بالکل باریک کر لیں کیونکہ لپ اچھے طریقہ سے ہو جائے۔ ترکیب استعمال: جہاں چوٹ لگی ہوئی ہو وہاں اتنا سفوف لیں جتنا لگانا ہے۔ پانی ملا کر لپ کر لیں انشاء اللہ تین چار دن لپ کرنے سے درد ختم ہو جائے گا۔ ان گت مریضوں کو فائدہ پہنچا جس آدمی کو بھی دیا وہ ہی ٹھیک ہو گیا۔ ایک واقعہ آپ کی خدمت میں حاضر ہے۔ میں ظہر کی نماز پڑھ کر آیا ملازم نے دکان کھولی میں باہر کھڑا ہو گیا۔ ایک موٹر سائیکل پر ایک عورت آئی اس نے اپنی کہانی سنائی کہ بھائی جان! میں بہت تلک ہوں میں نے کہا بی بی کیا بات ہے؟ آپ کیوں اتنی پریشان ہیں؟ اس نے کہا: بھائی گھر والے مجھے کہتے ہیں کہ آپ کمر کرتی ہیں میرے پاؤں کے فٹنے پر چوٹ لگی تھی اور میں نے بہت علاج کروایا اور ڈاکٹروں سے بہت دوائی وغیرہ لی لیکن مجھے کوئی فائدہ نہ ہوا اب گھر والے اور میرا خاندان بھی سب مجھے ہی کہتے ہیں کہ یہ حیرے کام نہ کرنے کے بہانے ہیں مجھے بہت تکلیف ہوتی ہے۔ براہ مہربانی! مجھے کوئی اچھا سا مشورہ دے دیں مہربانی ہوگی۔ پھر میں نے یہ نسخہ اس کو دیا اللہ تعالیٰ نے اس بی بی کی تکلیف ختم کر دی اس کی زبان سے وہ

دعا میں نکلیں جو میں سوچ بھی نہیں سکتا۔ برائے سیلان الرحم (معجون): نسخہ آپ کی نذر رہے۔ جیسا بھی لیکور یا ہوا انشاء اللہ ختم ہو جائے گا۔ حوالہ: مریہ بنی سوگرام مریہ آندہ سوگرام مریہ ہڑ سوگرام مریہ سیب سوگرام۔ ان سب میوہ جات کے سچ سے گھسلی وغیرہ سب نکال کر کوئی میں چیں لیں پھر گوشت کندر دس گرام گوشت ڈھاک دس گرام الائچی خورد دس گرام موصلی سفید انڈیا دس گرام قمر بندی دس گرام مینیلہ سپاری دس گرام گل پیست دس گرام قلعہ مصری دس گرام دارچینی دس گرام طباشیر نفرو تین گرام کشتہ مرجان تین گرام کشتہ بیض مرغ تین گرام کشتہ مرگا تین گرام کشتہ حبث اللہ یمن تین گرام۔ تمام چیزوں کو چیں چھان کر سیب کا رس اور قند سفید پر ایک ڈیڑھ پاؤ لیکر لچکائیں اور قوام تیار کر کے پیلے کوٹے ہوئے مرے کو مل کریں پھر باقی ادویہ کا سفوف ملا کر تار لیں اور اچھی طرح کوٹ کر رکھیں۔ خوراک و مقدار: سات سات گرام صبح و شام نہار منہ نیم گرم دودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ یہ بھی ہماری دکان کا مجرب نسخہ ہے اس نسخہ سے اللہ تعالیٰ کے فضل سے بہت زیادہ عورتیں صحت یاب ہو رہی ہیں۔

خود و مثانہ (مغرب): حوالہ: چھلکار۔ صفحہ 20 گرام کشتہ جبرائیل دو دس گرام زیدو کے کپسول بھر لیں ایک کپسول صبح ایک کپسول شام کو کھائیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ محترم قارئین یہ نسخہ زندگی کا نچوڑ آپ کی خدمت میں حاضر کیا ہے۔ اس نسخہ سے ایک مریض نہیں ہزاروں مریضوں کو اللہ نے صحت دی۔ میرے دوست! وہ وہ مریض صحت یاب ہوئے جو ہسپتال میں آکسیجن پر تھے۔ صرف دو تین خوراک کھانے سے ہی اٹھ کر بیٹھ گئے۔ الحمد للہ!

میرے ماموں جان رحیم یار خان میں رہائش پذیر ہیں ان کی عمر 97 سال تقریباً ہے۔ ڈاکٹروں نے کہا ان کی صحت ساتھ نہیں دیتی ان کا آپریشن نہیں ہو سکتا۔ اچانک میرے ماموں کے بھائی انور صاحب بہاولپور آئے اور ماموں جان کا بیٹا بھی ساتھ تھا بیٹھے بیٹھے کوئی بات ہوئی اس نے کسی کیلئے دوائی لینی تھی اس نے کہا بھائی آپ کے ماموں کو تکلیف بہت زیادہ ہے یہ مسئلہ ہے میں نے کہا اللہ ٹھیک کر دے گا۔ یہ نسخہ اس کو دیا اللہ تعالیٰ نے ٹھیک کر دیا الحمد للہ! آج تک دوبارہ تکلیف نہیں ہوئی۔ دوسرا واقعہ: میرا ایک دوست تھا اس کو ہر دوسرے تیسرے دن بخار ہو جاتا ایک دن ملاقات ہوئی تو میں نے اس سے پوچھا بھائی کیا وجہ ہے کیا تکلیف ہے؟ پھر اس نے بتایا میرے مثانہ میں خدود ہیں اب میں

دس بارہ دن بعد آپریشن کرواؤں گا۔ ڈاکٹر نے کہا ہے کہ تقریباً پچیس تیس ہزار روپے لگ جائیں گے۔ میں نے کہا بھائی انشاء اللہ آپ ٹھیک ہو جائیں گے اس نے کہا وہ کیسے؟ میں نے کہا ہم نسخہ بتاتے ہیں اس نے کہا ٹھیک ہے۔ میں نے درج بالا نسخہ بنایا اللہ تعالیٰ نے اس کو ٹھیک کر دیا۔ تقریباً چھ دنوں بعد کہنے لگا اب میں ٹھیک ہوں۔ اب تقریباً تین سال ہو گئے ہیں آج تک میرا دوست بالکل ٹھیک ہے۔

خوگڑ قوت باہ اور اعصابی کمزوری کھٹے مجرب: نسخہ قارئین کی خدمت میں حاضر ہے اس نسخہ کی سب قدر کریں۔ حوالہ: مصلی رومی 20 گرام اسفندہ 50 گرام موصلی سفید انڈیا 50 گرام قلعہ مصری 50 گرام قلعہ پنجہ 50 گرام قلعہ دانہ 50 گرام طباشیر اصل پائس والی 20 گرام ستارہ 50 گرام تبسم سفید 50 گرام تبسم سرخ 50 گرام سلاجیت اصلی 10 گرام الائچی خورد 10 گرام تاملکھانہ 50 گرام گڑ مار بوئی 50 گرام کرچوہ 100 گرام چاسکو 50 گرام تخم کرلا 50 گرام خشک کرلا 50 گرام تخم جامن 50 گرام اندر جو خج 50 گرام سورنجاں شیریں 50 گرام قسط شیریں 50 گرام چھلکا اسپنول 200 گرام گودہ کوڑمہ 20 گرام مغز بادام 100 گرام مغز پیستہ 100 گرام۔ ترتیب بناوٹ: ان تمام چیزوں کو چیں چھان کر سفوف تیار کریں۔ صبح و شام نیم گرم دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ (کورس دوائی تین ماہ تقریباً) جو دوائی پہلے کھائی جا رہی ہے جاری رکھیں آہستہ آہستہ چھوڑیں انشاء اللہ مکمل طور پر شفاء ہوگی۔ انشاء اللہ

حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کی زیر تحقیق مکتب
1۔ حضرت مجددی کے ترقیتی واقعات اس موضوع پر واقعات ماہنامہ عبقری حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کے درس اور انگریز سے چن چن کر روانہ فرمائیں تاکہ اس عظیم تحقیق میں آپ کا حصہ مل سکے۔ 2۔ حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم "مولانا سعید احمد خان صاحب" (مدفون جنت البقیع) کی حالات زندگی پر کتاب تحریر فرما رہے ہیں۔ اگر آپ کے پاس ان کے مشاہدات واقعات سنی ہوئی باتیں ان کے ملفوظات ہیں تو فوری طور پر دفتر ماہنامہ عبقری روانہ فرمائیں تاکہ آپ بھی حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کی اس عظیم کاوش میں اپنا حصہ ملا سکیں۔
3۔ حضرت حکیم صاحب طاہر والی (ترنڈہ محمد پناہ) کے مشہور بزرگ مولانا حبیب اللہ گمانوی رحمۃ اللہ علیہ کی زندگی پر کتاب لکھ رہے ہیں۔ قارئین اپنی یادداشتیں اور واقعات ضرور لکھیں۔

ہر حاجت اور مشکل کا حل: مشکل کشائی کیلئے جو شخص اسم یا لفظ یا کلمہ کو روزانہ 129 مرتبہ پڑھنے کا معمول بنالے تو انشاء اللہ ہر جائز کام اس اسم کی برکت سے ہو جائے گا۔

دوبارہ نہیں ہوگی۔ میرے ایک دوست میری دکان پر آئے۔ اس نے کہا بھائی مجھے شوگر ہوگئی ہے جس سے اعصابی کمزوری وغیرہ ہوگئی ہے اب یہ میرے لیے بہت بڑا مسئلہ بنا ہوا ہے۔ براہ مہربانی اس کا کوئی حل نکالیں پھر میں نے یہ نسخہ اس کو تیار کر کے دیا اس نے تقریباً دو اڑھائی ماہ کھایا اور میرے پاس آیا تو کہنے لگا اب میں بالکل ٹھیک ہوں میری ہمشیرہ کو بھی شوگر ہے پھر اس کو بھی دیا وہ اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم کی وجہ سے ٹھیک ہوگئی پھر اس نے کہا بھائی! اگر آپ یہ نسخہ عام کر دیں تو اس میں کوئی حرج تو نہیں میں نے کہا کوئی بات نہیں اس نے کہا مجھے یہ نسخہ لکھ کر دے دیں میں نے اس کو لکھ کر دے دیا۔ اس نے اس نسخہ کی فوٹو کاپیاں کروالیں اور اپنی دکان پر لکھ لیں اس کی دکان غلامندی بہاولپور میں تھی وہاں ملتان اور دوسری جگہ سے بھی لوگ آتے وہ نسخہ دیکھتے اور لے جاتے اس نسخہ کے اوپر میری دکان کا نام اور نمبر لکھا ہوا تھا جس کی وجہ سے مجھے پتہ چلا کہ لوگ ٹھیک ہو رہے ہیں۔ وہ لوگوں کو یہ بتاتے کہ فلاں جگہ ملے جاؤ وہاں سے یہ نسخہ بنا لیا لے آؤ۔ یہ نسخہ چار ہاتھ پھر میں نے کافی لوگوں سے پوچھا تو لوگوں نے کہا بھائی میں تو ٹھیک ہوں اب میں اپنے عزیزوں کیلئے بنوا رہا ہوں جس سے مجھے پتہ چلا کہ یہ تو نہایت زبردست چیز ہے اب اس نسخہ کو تقریباً دس پندرہ سال ہو گئے ہیں یہ نسخہ چل رہا ہے۔ جو لوگ میرے پاس آتے ہیں اور ہم نے اس نسخہ میں لائی نہیں کیا یہ سوچا کہ شاید اسی وجہ سے لوگ ٹھیک ہو رہے ہیں۔ آپ بھی آزمائیں اور صحت پائیں۔

خون کی حدت، خارش وغیرہ کیلئے مجرب عمل: آملہ منتشر 100 گرام پوسٹ بھیزہ 100 گرام پوسٹ ہڑیز سبز 350 گرام سنہ کی 50 گرام شاہترہ 250 گرام گل سرخ ایرانی 30 گرام منقی 350 گرام مٹی دس 120 گرام بجنی 3 کلوسٹ لیوں 3 گرام پونا شیم مینا بانی سلفیت 2 گرام۔ بطریق معروف تیار کریں۔ صبح و شام ایک ایک پیچ پائے والا استعمال کریں۔

موٹاپا کے شکار افراد کیلئے مجرب ترین نسخہ

حوالہ: اجوائن 100 گرام سونف 100 گرام برگ سداب 100 گرام دارچینی 25 گرام زیرہ سیاہ 100 گرام لاکھ دانہ 50 گرام بوردہ ارنی 50 گرام۔ ان تمام چیزوں کا سفوف تیار کریں۔ صبح و شام عرق زیرہ سفید یا نیم گرم پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ یہ نسخہ تین سے چار ماہ استعمال کریں انشاء اللہ موٹاپا ختم ہو جائے گا۔ اس نسخہ سے بے شمار لوگوں کو فائدہ ہوا اور ہو رہا ہے۔

خون بند کرنے کیلئے (ماہواری کم کرنے) آزمودہ نسخہ: حوالہ: 50 گرام سبک جراح 50 گرام نہا میں 50 گرام پھلی بیول 50 گرام پھنکودی سفید بریاں 20 گرام۔ ان سب چیزوں کا سفوف تیار کریں۔ صبح و شام پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ چند دن شربت انجیر کے ساتھ استعمال کریں۔ میری دکان کے ساتھ ایک دکان ہے انہوں نے مجھے بتایا کہ میرے گھر میں یہ مسئلہ ہے اس وجہ سے بہت پریشان ہوں میں نے کہا کیوں پریشان ہوتے ہیں؟ اللہ ٹھیک کر دے گا۔ میں نے درج بالا نسخہ تیار کر کے دیا اللہ تعالیٰ نے ٹھیک کر دیا ورنہ ان صاحب نے بہت ادویات استعمال کروائیں حتیٰ کہ قندہ ہو رہا تھا۔ اللہ تعالیٰ نے اس سفوف سے ٹھیک کر دیا۔ اسی طرح اور بھی کافی مریض ٹھیک ہوئے۔ بے شک اللہ نے ہی کیا۔

معدہ و طاقت زور و پشت ختم، عرق النساء ختم: معدہ کو طاقت دیتی ہے درد پشت ختم کرتی ہے عرق النساء میں سفید ہے ورنج الفاسل ورنج النواک کو دور کرتی ہے۔ طاقت مردی پیدا کرتی ہے۔ بالوں کی سیاہی کو قائم رکھتی ہے۔ سرعت انزال کو رفع کرتی ہے۔ حوالہ: پانی: پانچو 40 گرام زرخور 40 گرام ناخورو 40 گرام زیرہ سیاہ 40 گرام زیرہ سفید 40 گرام جلوتری 40 گرام سودنجاں شیریں 40 گرام پوسٹ ہلیلہ 40 گرام ناگرموہا 40 گرام گل سرخ ایرانی 40 گرام موصلی سفید انڈیا 40 گرام ہبہ پھلی 40 گرام ستور 40 گرام مصطلکی ردی 40 گرام زعفران 40 گرام چائکل 40 گرام لونگ 40 گرام شہد 72 تول۔

ان تمام چیزوں کو باریک خیس کر سمون تیار کریں۔ اس سمون سے بہت مریض اللہ تعالیٰ نے ٹھیک کیے ہیں۔ اللہ پاک آپ کو بھی ٹھیک کرے گا اس مرض کے مریض بہت بہت ٹھیک ہوئے ہیں۔ بہت ہی مجرب ہے۔

پیشاب خارش کا کامیاب نسخہ: حوالہ: اونٹ کنارہ ہرن بونی املتاس گل سرخ ایرانی مرغجاسف شاہترہ زرخور چراغ نیال برگ کلونجیم کاسنی ہزار دانی گل نیلوفر گل منڈی گاؤ زبان گل بنفشہ بادیان ان سب چیزوں کو ہم وزن لے لیں۔ بناوٹ ترکیب: ان سب چیزوں کو اکٹھا کر کے پانی میں بھگو دیں۔ دو تین دن بھگوئے رکھیں کپڑ چھان کر کے شربت تیار کریں۔ دھنیا سالم بھی دانہ الاچی خورد معناب اسپنول ہم وزن لے لیں اور دوپہر کو شہد ایک چمچ ایک گلاس پانی میں حل کر کے پینیں شربت اناروں میں ایک بار استعمال کریں۔ اس شربت سے اللہ کی مہربانی سے کافی مریض ٹھیک ہوئے ہیں۔ ایک آدمی میرے پاس دکان پر آیا اس

نے اپنی حقیقت بتائی تو میں نے اس کو بھی شربت دیا اس مریض نے چار ماہ دوای کھائی اللہ نے اس کو ٹھیک کر دیا پھر وہی آدمی اپنے عزیز کو میرے پاس لے کر آیا وہ بھی لے کر گیا اللہ نے اس کو بھی شفا عنایت فرمائی۔

نسخہ برائے مہلبھری: حوالہ: پانی: پانچو 50 گرام چند بیدستر 6 گرام۔ ترکیب بناوٹ: پانی کو ادھر کے پانی میں بھگو دیں جب یہ اچھی طرح تر ہو جائے اور پھر خشک ہو جائے تو چند بیدستر اور پانی خشک کی ہوئی کو باریک خیس لیں ان دونوں چیزوں کے سفوف کے درمیانے کچھ سول بھر لیں۔ شام کو عشاء کے وقت ایک کچھ سول پانی کے ساتھ کھائیں۔ پانچو دس گرام گندھک آملہ سار 100 گرام گل انار 100 گرام گمیرہ 100 گرام۔ ان سب چیزوں کا سفوف تیار کریں۔ شام کو پینیں کے برتن میں دس گرام سفوف کو ایک گلاس پانی میں حل کر کے رکھ دیں۔ صبح پانی کو ختم کر پانی کا سفوف نکالیں پھر لگائیں۔ جب خشک ہو جائے دھو لیں اگر خارش یا جھالا بنے تو نہ لگائیں پھر کا فوراً دھو لیں۔

اطریض اسطہ دس: پوسٹ ہڑیز سبز 20 گرام ہڑیز کالی پوسٹ 20 گرام ہڑیز سیاہ 20 گرام کھیز سے پوسٹ 20 گرام سنہ کی 20 گرام آملہ مغز 20 گرام زبرد سفید 20 گرام ہلکا ج 20 گرام اسطہ دس 20 گرام مصطلکی ردی 20 گرام افیون 20 گرام کشمش 20 گرام منقی 20 گرام بادام ردھن 100 گرام شہد 525 گرام۔ اطریض نسخہ تیار ہے۔ صحت مند ہو جائیں۔ انشاء اللہ یہ کتابی نہیں ہے اس لیے آپ کی نذر کیا ہے۔ یہ نسخہ دماغی امراض یا دواشت کی کمزوری بالوں کا سفید ہونا آنکھوں کا کمزور ہونا کیلئے لا جواب چیز ہے۔ نسخہ برائے بھینس گائے وغیرہ کے پیشاب میں خون آنا: سونف، اجوائن گل سرخ، گاؤ زبان ہم وزن لے کر چورق تیار کریں پانی کا وزن کم از کم اڑھائی کلو ہو۔ گھنٹہ ایک کلو کسٹر آمل آدھا کلو تیل مسوں ایک پاؤ۔ ترکیب بناوٹ: چورق میں ان چیزوں کو گرم کر لیں صبح کے وقت نیم گرم دے دیں یا ایک خوراک ہے۔ اس کو تقریباً چار دن استعمال کریں۔ چار مغز آدھ کلو شکر تین پاؤ۔ گھوٹا لگا کر شام کو تین کلو پانی میں دے دیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ یہ بھی چار دن استعمال کریں۔ یہ نسخہ بہت مجرب ہے۔

نسخہ برائے زہر ہاڈ بھینس گائے وغیرہ: اورک ایک پاؤ سبز مرچ ایک پاؤ شمار ایک پاؤ بیاز ایک پاؤ نمک سفید ایک پاؤ۔ ان سب چیزوں کو کٹ لیں ان کا چوتھا

حصہ دے دیں چار خوراکیں بنا لیں اس طرح (27)

طلب رزق کی جدوجہد: حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے ارشاد فرمایا تم میں سے کوئی بھی شخص طلب رزق کی جدوجہد میں پست ہو کر نہ بیٹھ جائے۔

آٹھ دن دیں انشاء اللہ زہر باق ختم ہو جائے گا۔ خون کا آنا پیپ کا آنا سب ٹھیک ہو جائے گا۔ نسخہ برائے سنگرہنی: برگ بھنگ 125 گرام ہریز سیاہ 250 گرام صوف 250 گرام۔ ترکیب بناوٹ: ہریز سیاہ کو گھی میں بریاں کریں پھر ان چیزوں کو پیس کر صوف تیار کریں۔ صبح و شام نہار منہ بعد عصر صوف کا ایک چمچ چائے والا دوا ارشاد امین کا ایک ایک گچہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ انشاء اللہ 10-15 دن میں مریض ٹھیک ہوگا۔ اس نسخہ سے وہ مریض ٹھیک ہوئے ہیں جو کہ دن میں آٹھ آٹھ مرتبہ لیٹرین جاتے تھے سفر نہیں کر سکتے تھے واڈا کا ملازم میرے پاس آیا اس نے کہا میں بہت تنگ ہوں میں تو سفر بھی نہیں کر سکتا۔ کوئی بھی چیز کھاؤں اسی وقت لیٹرین آجاتی ہے۔ اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے اللہ تعالیٰ نے ٹھیک کر دیا۔ اس طرح اور بھی بہت مریض ٹھیک ہوئے ہیں یہ میری دکان کا مجرب نسخہ ہے۔

نسخہ برائے سوزاک: جربان احکام صرعت اتوال قوت باہ: حوالہ: کبریا سستی 10 گرام سنگ بیود 10 گرام الالچی خورد وں گرام مصری 20 گرام۔ ان سب چیزوں کا صوف تیار کریں۔ زیر و سار کپسول بھر لیں۔ صبح و شام ایک ایک کپسول استعمال کریں۔ کسی قسم کا مریض ہو ٹھیک ہو جاتا ہے۔ اس نسخہ کے ہر ماہ کم از کم دو سے تین ہزار کپسول تیار ہو جاتے ہیں۔ مریض خود آ کر مانگتے ہیں یہ بہت مجرب ہے۔ جوڑوں کے درد کھینچے جرب: ہلدی گھی 50 گرام سنڈھ 50 گرام کچلے ہر 50 گرام گھی گائے 150 گرام میں بھونیں جب خشک ہو جائے تو ان کو گر لیں چنے کے برابر گولیاں تیار کریں۔ خود رک: صبح و شام ایک ایک گولی دودھ کے ساتھ استعمال کریں یہ بھی بہت مجرب ہے۔

ماہواری جاری کرنے کھینچے: روپوند چینی 20 گرام مصر زرد 20 گرام زعفران ایک گرام دندان ٹیل ایک گرام بندال ڈوڈا وں گرام زنگی میں گرام ہیرا ونگ ایک گرام۔ ترکیب بناوٹ: ان سب چیزوں کا صوف تیار کریں بعد میں عرق صوف ڈالیں چنے کے برابر گولیاں بنائیں۔ صبح و شام دودھ گولیاں کھائیں تین چار دن میں ماہواری جاری ہو جائے گی۔ بہت مجرب نسخہ ہے انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

اس نسخہ سے بہت زیادہ مریض ٹھیک ہوئے ہیں ایک آدمی آیا اس نے کہا میری بچی کا بہت مسئلہ بنا ہوا ہے جب ماہواری کا وقت آتا ہے پیٹ میں شدید درد ہوتا ہے پیٹ کر پکڑ کر الٹ پلٹ ہو جاتی ہے۔ ہم نے بہت زیادہ علاج کر دیا ہے ٹھیک نہیں ہوتی۔ براہ مہربانی کوئی نسخہ تجویز

کریں پھر میں نے یہ نسخہ ماہواری جاری کرنے کیلئے دیا اور ایک نسخہ شروع میں لکھ کر دیا۔ اس کا شربت دیا اللہ کے فضل و کرم سے بچی ٹھیک ہو گئی ایسے بہت زیادہ مریض ٹھیک ہوئے۔ لمبے کھنے کو بصورت ملائم ہال (مجرب نسخہ): یہ نسخہ بڑی محنت اور کوششوں سے حاصل کیا بھائی کا آکرام کیا اور پھر حاصل ہوا اللہ نے اس کے دل میں ڈالا۔ نسخہ حاضر خدمت ہے۔ حوالہ: پانچو 100 گرام سیکا کاٹی 100 گرام آملہ سوگرام ہریز زرد سوگرام چھلکا اتار سوگرام چھڑ چھڑا سوگرام رتن جوت سوگرام تیل مرسوں چار کلو تیل مرسوں چھ کلو تیل تارا میرا تین کلو تیل گری ایک کلو برگ ہیری (پانی) دو کلو۔ ترکیب بناوٹ: تمام اوپر والی چیزوں کو باریک کر کے چار کلو تیل مرسوں میں جلا لیں پھر اس تیل کو کپڑ چھان کرنے سے پہلے ہیری کے بتوں کا پانی ان سب چیزوں میں ڈال دیں ان سب چیزوں کو جلائے کے بعد چھان لیں چھانے ہوئے تیل میں باقی ماندہ تیل ڈال دیں۔ نسخہ تیار ہے۔ قبض کی حالت میں مریض کو مریہ ہریز کھانے کو کہیں دن میں ایک مرتبہ ہی کافی ہے۔ بالوں میں مساج کروائیں۔ پتھری گردہ مثانہ کیلئے: یہ نسخہ بہت مجرب ہے کسی قسم کی پتھری دور یزدہ ریزہ ہو کر نکل جاتی ہے۔ اس نسخہ سے ایک دو مریض نہیں سینکڑوں مریض ٹھیک ہوئے اللہ تعالیٰ نے کیے۔ حوالہ: سنگ دانہ مرغ پندرہ گرام بگیل الملک وں گرام وال کتھی 20 گرام میداد خطائی وں گرام کشتہ سنگ سرمای وں گرام کشتہ جھرا بیود وں گرام۔ تیاری بناوٹ نسخہ: ان سب چیزوں کا صوف تیار کریں زیر و صبر کپسول بھر لیں صبح و شام عرق بادیاں کے ہمراہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ وں سے پندرہ دن میں پتھری ریزہ ریزہ ہو کر نکل جائے گی۔ مہمتری کے بعد کی ممکنہ دورہ: حوالہ: جین سنگ پیاس گرام زعفران پانچ گرام لبسن پیاس گرام چھوٹی چندن پیاس گرام کالی مرچ وں گرام قلعہ مصری پیاس گرام۔ بناوٹ نسخہ: پانچ چیزوں کا صوف تیار کریں۔ بعد میں لبسن سے چنے کے دانے کے برابر گولیاں بنائیں۔ صبح و شام ایک ایک گولی استعمال کریں۔ بہت مجرب ہے۔

نسخہ فیلڈ مارشل (مسک): حوالہ: ریگ مای پانچ گرام عطر قرعہ گرام آلیون وں گرام چند بیوستر پانچ گرام زعفران پانچ گرام مروارید پانچ گرام دارچینی تین گرام لوگ تین گرام۔ زعفران، آلیون، مروارید۔ سب سے پہلے مروارید کو آدھ چاقو عرق گلاب میں کھرل کر لیں بعد میں زعفران اور آلیون کھرل کریں بعد میں تمام چیزیں مل کریں۔ نمبر ایک کپسول بھر لیں یا ہیر کے

داندے کے برابر گولیاں تیار کریں دودھ کے ہمراہ کھائیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

داندے کے برابر گولیاں تیار کریں دودھ کے ہمراہ کھائیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

پرانی چوٹ ہڈی کا ٹوٹا گوشت پھنسا وغیرہ دردوں کیلئے مجرب: حوالہ: پنجہ پرانی (بان پرانا) وں گرام کچلے وں گرام سلابیت وں گرام مصطکی رومی وں گرام پھلکوی لال بریاں وں گرام۔ نسخہ بناوٹ: پنجہ کچلے کو جلا کر رکھ بنا دیں۔ پھلکوی سرخ کو بریاں کر لیں اور باقی ماندہ چیزوں کو کھرل کر کے ان کو بھی اس میں ڈال دیں پھر مٹنی ڈال کر ماش کے دانے کے برابر گولیاں بنائیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

قبض! وجہ احتیاط اور علاج

قبض دیگر بیماریوں کا پیش خیمہ بن سکتا ہے، اس لئے احتیاط لازم ہے۔ آسان گھریلو ترکیب اور غذائی تبدیلیوں کے ذریعے اس پریشانی سے محفوظ رہا جاسکتا ہے۔

سائنس کا یہ ایک مسئلہ اصول ہے کہ سردی سے چیزیں سکرتی ہیں اور گرمی سے پھلتی ہیں اور یہ کیفیات موالید علائق یعنی جنات، برادات اور حیوانات میں سے کسی پر بھی بالکل یا بالقوی اثر انداز ہوں تو ان کے مخصوص اثرات سکرتا اور پھلانا اشیاء موالید علائق پر بھی ضرور مرتب ہوں گے یعنی سردی کے انداز ہونے سے متعلقہ چیزیں سکریں یا انقباض پیدا ہوگا اور حرارت گرمی سے وہ چیز پھیلیں گی۔

بالکل اسی طرح ان کیفیات کے اثرات بدن انسانی پر بھی مرتب ہوتے ہیں۔ ہماری تحقیقات کے مطابق جب سردی کی کیفیت آتوں پر بھی اثر انداز ہوتی ہے تو وہاں سکرتگی یا انقباض صورت پیدا ہو جاتی ہے۔ اسی انقباضی صورت کو قبض کہتے ہیں۔ سردی سے چیزیں سکرتی ہیں اور گرمی سے پھلتی ہیں بالکل اسی اصول کے تحت سردی سے قبض پیدا ہوتا ہے

درد و پاک کی برکت

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ تعالیٰ آپ پر رحمتیں اور برکتیں نازل فرمائے۔ میں نے پہلے بھی کئی خط لکھے ہیں اور خط لکھنے سے دل کو سکون ملتا ہے اور خاص طور پر جب آپ کا جواب آتا ہے تو پھر خوشی کا کوئی ٹھکانہ نہیں ہوتا۔ محترم حضرت حکیم صاحب! ایک مرتبہ کسی جیب کترے نے میری جیب سے 5 ہزار روپے نکال لیے میں اس وقت درد و پاک پڑھ رہا تھا جب اس نے پیسے نکالے مجھے معلوم نہ ہوا کہ کسی دوسرے نے دیکھ کر اسے پکڑ لیا اور درد و پاک کی برکت سے میرے پیسے بچ گئے۔ آقا نے دو جہاں سے پہنچنے کا ارشاد مبارک ہے کہ درد و پاک غم ختم کر دیتا ہے اور رزق بڑھاتا ہے۔ (محمد صابر ہری پور)

لہسن مفید معدہ کیلئے مفید ہے: یہ معدے کی رطوبتوں کو خشک کرتا ہے۔ اتار داندہ پودینہ اور کمر اور لہسن کو رگڑ کر بطور چٹنی استعمال کرنے سے بے حد مفید ہے۔

اور حرارت سے قبض کا علاج کیا جاتا ہے چونکہ سردی سے آنتوں کے اندر سکڑا یا انقباض پیدا ہو جاتا ہے اور اگر اس سکڑا یا انقباض کو ختم کر دیا جائے تو آنتوں کی ہلکی دور ہو کر قبض کا ازالہ ہو جائے گا۔ یاد رہے کہ یہ اسی صورت میں ممکن ہے کہ جب امعاء میں حرارت پیدا کی جائے چونکہ حرارت سے آنتوں کا سکڑا یا انقباض دور ہو کر ان کے پھیلنے کی قوت بحال ہو جائے گی، جس سے کہ وہ اپنے طبعی افعال سر انجام دے سکیں گی تو گو یا حقیقت میں حرارت کا پیدا کرنا ہی قبض کا یقینی اور شافی علاج ہے جو کہ ہم اپنے خاص اصول کے تحت پیدا کرتے ہیں۔ یعنی جگر کے فعل کو تیز کرتے ہیں جو کہ مفر کو پیدا کرتا ہے اور جب مفر آنتوں پر گرے گا، یا اثر انداز ہوگا تو فضلہ آسانی سے خارج ہو جائے گا۔

قبض ایک ایسی حالت ہے کہ جس میں اجابت معمول کے مطابق نہیں ہوتی بلکہ فضلہ اپنی مقدار کے لحاظ سے کم خارج ہوتا ہے پس اس خلاف معمول حالت کو اردو میں قبض عربی میں قبض الامعاء اور انگریزی میں کانسی ٹھن کہتے ہیں اور اس حالت میں خاص طور پر انتڑیوں کے اندر گرفتگی، ہلکی، سکڑاؤ اور انقباض ہوتا ہے اسے ہی قبض کہتے ہیں جو کہ خشکی و عضلاتی تحریک کا مدد بخون ثبوت ہے۔ اسباب: کالہی و سستی، قوت کا بے جا تصرف، غفلت اور غیر باہم غذاؤں کا استعمال، رفع حاجت کے وقت اجابت روکے رکھنا، آنتوں کی حرکت دودھ اور قوت و اخذ کا کمزور ہونا، کثرت تمباکو خوری، سگریٹ نوشی، شراب نوشی، قابض و حابس ادویہ مثلاً دوائیں سی کیٹیم اور اس کے مرکبات، انیون، مارفیا، پھنگ، چرس اور فلواد کے مرکبات کا بے جا استعمال، تمام خشک اور ترش اشیاء کا بے جا استعمال، یورک ایسڈ کی زیادتی، پروٹین کا بے جا استعمال، پیاز، اچار، بڑا گوشت، ڈبل روٹی، نان کچھ، فٹ پائتھ کے پرائے، کباب اور تمام ترش اشیاء کھانا کما کر فوراً نہانا، کھانا کھانے کے فوراً بعد اور بیماری کی حالت میں جماع کرنا قبض کے اسباب ہیں۔

علامات: اجابت خلاف معمول دوسرے تیسرے روز آتا ہے بعض اوقات جبکہ آنتوں میں انتہائی خشکی سردی کا غلبہ ہوتا ہے۔ اجابت کھل کر نہیں آتی، خشکی کی وجہ سے اجابت میں خون بھی آنے لگتا ہے۔ غذائی علاج: مغزیادام، بکھن، علوہ، یادام، گھجور، مغزیات کا حریر، مرہ، گاجر یا ٹینڈے کا سالن، مرغ گوشت، بکرے کا گوشت، بھنڈی، سبز مرچ کا مین، دال مونگ، مساک، میتھی، گاجر، کالی مرچ اور اورک و لہسن وغیرہ ڈال کر استعمال کریں۔ انگو شیریں، امرود شیریں،

بادام، بخوبانی، شہتوت، چانورو، خرہوز شیریں کھانا چاہیے۔ دائمی قبض والے مریض کو صبح و شام موسم گرم پانی اور موسم سرما میں گرم ریت کی نگور ضروری کرنی چاہیے۔ ریت کو نیم گرم کر کے کمر اور پیٹ سے نیچے گھور کریں یا نیچے بچھا کر اوپر لیٹ جائیں۔ اس عمل سے سوزش بہت جلد ختم ہو کر صحت بحال ہونے لگتی ہے۔ قبض کی صورت میں مندرجہ ذیل غذاؤں اشیاء سے پرہیز کریں۔ اچار، پکڑے، بڑا گوشت، نان کچھ، پیاز، سموسے، ایلے انڈے، فٹ پائتھ والے پرائے، چٹنی کباب، دہی، لسی، دھنن، چنے، مچھلی، مچنی، باجرو، مسوری دال، نمائز، کپنار، مونگ پھلی، تاریل، جامن، قالدہ، بیر، دھانسی اور بی کے مرکبات کیٹیم اور فلواد نیز ان کے مرکبات سے پرہیز کریں۔ گھریلو علاج: کچے ہوئے نمائز کا ایک کپ رس پینے سے آنتوں میں پھنسا ہوا فضلہ خارج ہو جاتا ہے اور قبض دور ہو جاتی ہے۔ نہار منہ تھوڑا سا گرم پانی پینے سے بھی قبض دور ہو جاتی ہے۔ تھوڑی سی سوفا دودھ یا نیم گرم پانی کے ساتھ لینے سے قبض میں افادہ ہوتا ہے۔ (جادید علی جوگیو)

درد کے دھکے کھانے والے دل کے مریض متوجہ ہوں!

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں بمقامی رسالہ پچھلے تقریباً آٹھ سال مسلسل پڑھ رہا ہوں، کچھ صحت کے راز اور پرہیز و احتیاط میری طرف سے قارئین بمقامی کیلئے محمد ہے۔ امید ہے قارئین ان الفاظ سے بھرپور استفادہ حاصل کریں گے۔ ہم نے امراض قلب کیلئے ”طب نبوی صلی اللہ علیہ وسلم“ کی روشنی میں کیٹج تیار کیا ہے۔ باقی ادویہ میں شفاء یقینی نہیں معالجات نبوی صلی اللہ علیہ وسلم میں شفاء یقینی ہے۔ اس کیٹج پر عمل پیرا ہو کر ہم امراض قلب سے یقیناً نکل سکتے ہیں قارئین کی نذر ہے۔ طب نبوی صلی اللہ علیہ وسلم کے برائے امراض قلب: دل کی بیماریاں ہمارے لئے ایک مصیبت بن گئی ہیں ہم ان کے علاج کیلئے سمندر پار دیکھتے ہیں جبکہ اللہ تعالیٰ نے اپنی کتاب اور جلیل القدر نبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ان مشکلات سے نکلنے کا راستہ سکھایا، ہم سیدھے راستے کو چھوڑ کر، ادھر ادھر پہنچ کر اپنی مشکلات میں اضافہ کرتے ہیں۔ دل کے دورے سے بچاؤ میں ارشادات نبوی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم میں جانے سے پہلے ہم ایک مریض کا حال بیان کرتے ہیں جن کو دل کا دورہ پڑا ان کی خوش قسمتی یہ تھی کہ ان کو نبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم جیسا معالجہ میسر آیا۔ تاریخ اس امر کی شاہد ہے کہ دل کے دورے کی سب سے پہلے تشخیص اور علاج نبی کریم

صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا۔ ان کا مریض ایسا عمدہ شفاء یاب ہوا کہ ان سے علاج کروانے کے بعد گھوڑے پر تقریباً ڈیڑھ لاکھ میل کا سفر کیا اور متعدد جنگوں میں عملی حصہ لیا جبکہ ہمارا مریض سیزر حیاں نہیں چڑھ سکتا۔ حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہ ان بزرگ و صحابیوں میں سے تھے جن کو زندگی ہی میں جنت کی بشارت مل گئی تھی۔ رشید میں یہ نبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے ماموں تھے، غزوات میں بہادری اور ثابت قدمی سے شامل رہتے تھے۔ ایک دن بیمار ہو گئے اپنی روئیدادیوں بیان فرماتے ہیں: میں بیمار ہوا، میری عیادت کو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم تشریف لائے۔ انہوں نے اپنا ہاتھ مبارک میرے کندھوں کے درمیان رکھا تو اس کی ٹھنک میری ساری چھاتی میں پھیل گئی پھر فرمایا کہ اس کو دل کا دورہ پڑا ہے۔ اسے حارث بن کلدہ کے پاس لے جاؤ جو ثقیف میں مطب کرتا ہے۔ حکیم کو چاہیے مدینہ کی سات بجوہ کھجوریں گھلیوں سمیت کوٹ کر اسے کھلائے۔ (ابوداؤد، مسند احمد، ابوالقاسم، الحسن بن سفیان) (۱۔ مریض کو مدینہ کی سات بجوہ کھجوریں گھلیوں سمیت کوٹ کر کھلائیں) نہ ملنے کی صورت میں عام کھجور بھی استعمال کر سکتے ہیں کوشش کر کے مدینہ سے درآمد کر لیں۔ ۲۔ حلیہ (بڑا کالہ) جو کا دلہا بنا کر اگر اسے دودھ کے ساتھ پکایا جائے اور اس میں مٹھاس کیلئے شہد ڈالا جائے تو یہ حلیہ ہے۔ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا روایت فرماتی ہیں کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو فرماتے سنا: دل کے مریض کیلئے حلیہ تمام مسائل کا حل ہے، یہ دل سے غم کو اتار دیتا ہے۔ (بخاری و مسلم)

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا ہی اس بارے میں مطلع فرماتی ہیں ”ہمارے گھر کا کوئی فرد بیمار پڑ جاتا تو حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے حکم پر دیکھنے چلے پر چڑھا دی جاتی اور یہ اس وقت تک مسلسل چڑھی رہتی جب تک کہ بیماری کسی طرف ختم نہ ہو جائے یعنی وہ تندرست ہو جائے یا مر جائے“ (ابن ماجہ، احمد، الحکم) جب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو بتایا جاتا کہ فلاں کے پیٹ میں تکلیف ہے اور وہ کھانا بھی نہیں کھا سکتا تو فرمایا کرتے تمہارے پاس یہ مفید حلیہ موجود ہے وہ اسے کھلاؤ۔ میں اس ذات کی قسم کھاتا ہوں جس کے قبضے میں میری جان ہے کہ یہ پیٹ کو اس طرح دھو کر صاف کر دیتا ہے جس طرح کوئی شخص چہرے کو پانی سے دھو کر اس پر سے غلاہت اتار دیتا ہے۔ (احمد، ابن القیم رضی اللہ عنہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے ارشادات گرامی کی روشنی میں بتاتے ہیں: دل کی بیماریوں کی ہر قسم کیلئے مکمل دوا ہے۔ (بخاری و مسلم)

کاروبار میں نفع یا نقصان: نیا کاروبار یا دکان شروع کرنے میں نفع ہوگا یا نقصان یا کسی کے ساتھ شراکت کرنے میں اچھا ہوگا یا برا؟ یہ معلوم کرنے کیلئے پانچ سو نو گوسات دن تک گیارہ ہزار مرتبہ پڑھیں۔

ہوئے کہ آپ تو کہتے ہیں کہ یہ دل کے مریض ہیں ای سی ای جی کیوں کروائی۔ بس ایک دو بار میٹینج پر والد صاحب کو غسل کروایا جس سے ڈاکٹر صاحب نے مریض پہچانے سے انکار کر دیا۔ میرے ایک دوست ڈاکٹر محمد آصف سے نیلیوں پر بات ہو رہی تھی موخر الذکر تین نسوں پر بات چھڑ گئی انہوں نے بتایا کہ ہمارے ہاں چار سو ڈاکٹر آئے تھے ان کے عزیز کو دل کا بائی پاس کروانا ڈاکٹروں نے تجویز کیا تھا۔ مذکورہ اوویہ استعمال کرائی گئیں تو اسے بھی ڈاکٹروں نے پہچانے سے انکار کر دیا کہ یہ وہ مریض ہے۔ والسلام!

صحت کاراز! پر مہذب و احتیاط

ابن بختیشوع کا مقلوب ہے کہ اذہا اور بھلی ایک ساتھ کھانے سے پرہیز کرو اس لیے کہ ان دونوں کو استعمال کرنے سے قوت، بواسیر اور ڈاڑھ کے درد ہوتے ہیں۔

آئیں لوگ آزمائیں اور پھیلائیں!

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم اسردی میں اکثر ایڑیاں پھٹ جاتیں تو ہمارا ایک آزمودہ ٹوکہ ہے کہ جب بھی سردیوں میں ایڑیاں پھٹ جائیں تو تھین میں گرائیوں یا پیڑنگو کو لگانے والی گرینس تھوڑی سی کے رات کے وقت اپنی چمٹی ہوئی ایڑیوں پر لگا کر اوپر سے براہیں بہن لیں اور سوجائیں صبح اٹھ کر جراثیم اسرار کریم گرم پانی سے ایڑیاں دھو لیں۔ انشاء اللہ کچھ دنوں کے بعد آپ کی ایڑیاں پھٹنا بند اور نرم و ملائم ہو جائیں گی۔ ایک اور ٹوکہ قارئین کی خدمت میں پیش کرتا ہوں اگر گھر میں چھپکھیاں بہت زیادہ ہو جائیں تو ان کو بھگانے کیلئے درج ذیل ٹوکے سے بہتر کوئی ٹوکہ نہیں۔ مرغی کے انڈے کے چھلکے جہاں جہاں سے چھپکھیاں داخل ہوتی ہیں وہاں پر انڈوں کے چھلکے لگا دیں یا لٹکا دیں۔ وہاں کبھی چھپکھیاں داخل نہیں گی۔ (عید سار کرمی)

عبقری میں ٹوکہ سیکشن کا قیام

اس کارخیز میں آپ بھی حصہ دار بنیں

قارئین! بعض اوقات لاعلاج بیماریوں میں جہاں بڑی بڑی ادویات اور تنگے علاج ناکام ہو جاتے ہیں وہاں چھوٹے چھوٹے ٹوکے کارگر ثابت ہوتے ہیں جنہیں بظاہر کوئی اہمیت نہیں دی جاتی تو قارئین آپ مستقل بڑے بوڑھوں کے وہ ٹوکے سننے یا آزمائے ہوئے ضرور لکھیں! عبقری نے ایک نو ٹکہ سیکشن قائم کیا ہے تاکہ مخلوق کی خدمت ہو اور انسانیت کو نفع پہنچے۔ **نوٹ:** ایسے ٹوکے بھیجن جن میں ادویات کا استعمال نہ ہو اور انہیں ایسا نہ ہو کہ ٹوکوں والی کتاب افشا کر سارے ٹوکے لکھ کر بھیجن ایرابر گزہ کریں۔ صرف آزمودہ اور سینے کاراز ٹوکے ہی بھیجیں۔

کیلئے شہد کو گرم پانی میں مل کر کے صبح نہار منہ اور عصر کے بعد کھائیں۔ ۵۔ شہد اور دار چینی کا پیسٹ: ناشتہ میں بریڈ یا چٹائی، جیلی اور جام کے ساتھ کھانے کے بجائے شہد اور دار چینی کے پیسٹ کے ساتھ یا قاعدگی سے کھائیں جس سے شریانوں میں بھی کوئسٹرول کم ہو جاتا ہے اور مریض دل کی تکلیف سے بچتا جاتا ہے وہ مریض جن کو پہلے دل کا حملہ ہو چکا ہو اگر وہ یہ نسخہ روزانہ استعمال کریں تو وہ اگلے ہارٹ ایکٹ سے کوسوں دور ہو جاتے ہیں۔ باقاعدگی سے مندرجہ بالا طریقہ سے ناشتہ کرنے سے سانس چھوٹا ختم ہو جاتا ہے اور دل کی دھڑکن مضبوط ہو جاتی ہے ہم جانتے ہیں کہ بڑھاپے کیساتھ شریانوں اور وریدوں میں کلچ ختم ہو جانے پر (Obstruction) ہو جاتی ہے۔ امریکہ اور کینیڈا میں بوڑھوں کا شہد اور دار چینی کے استعمال سے کامیاب علاج کیا گیا ہے جس سے ان کی Arteries اور Veins کو صحت مند Reutilized کر دیا گیا ہے۔ (شہد کے کمالات) ۶۔ لذیذ چینی: دل کا کوئی مرض ہو جی کہ دل کے تین بند والوکل گئے کوئسٹرول کو اعتدال پر لاتی ہے۔ موٹاپا کم کرتی ہے جوڑوں کا درد بدن کا درد، الری، بلغم، سینے کی سچڑوں خون کا گاڑھا پن، ہائی بلڈ پریشر اور لو بلڈ پریشر دونوں کو رفع دیتی ہے۔ ایک ٹانگہ کا درد، ایڑیوں کا سخت درد، مسلسل ذہنی تھکاوٹ، اعصابی کمزوری، موٹاپا، خواتین جو ایام کی خرابی، ہارمونز کی بے ترتیبی جس کی وجہ سے سر درد، بچوں کا درد اور کچھ اور کیلئے مفید ہے شوگر کے مریض جنہیں بے چینی، ٹانگوں میں درد، جسم میں درد، کمزوری، بدحالی کے لئے نہایت آزمودہ ہے۔ یوریا کریمین، گردے ٹھیک حتی کہ ڈائلیسز کے مریض سمندرست ہوئے، کان بچے، ایام کی بندش یا تکلیف سے آنا، لیکوریا، ایڑیوں کا درد، بدن، جوڑوں کا درد، بادی بواسیر، معدہ کے امراض جگر اور کلی کے امراض کیلئے یقینی فائدہ مند ہے۔ حوالہ: حافی، اورک، اتاروانہ، پوینہ ہم وزن کی چینی تیار کریں اس میں تک مرچ مصالحہ نہ ڈالیں مزاج میں گرمی نہ ہو تو ہم وزن بسن بھی ڈال سکتے ہیں۔ ڈیزینج دن میں 3 سے 5 بار کھانے کے بعد دیا بغیر کھانے کے کھا سکتے ہیں۔ (ماہنامہ عبقری)۔ میرے والد محترم کو تین دفعہ دل کا دورہ پڑا، میانوالی کے بڑے ڈاکٹر سے علاج شروع کیا مگر اتفاقاً ڈہوا۔ ڈاکٹر موصوف بیرون ملک چلے گئے تو ماہر امراض قلب ہارٹ سپیشلسٹ میانوالی ہسپتال سے معائنہ کرایا انہوں نے تجویز کیا کہ آئندہ جب آئیں تو پی ای سی جی اور انیسرے کروا کر چیک کروائیں۔ آئندہ میں نہ جا سکا، چھوٹا بھائی والد صاحب کو ڈاکٹر موصوف کے پاس چیک کروانے لے گیا تو ڈاکٹر صاحب ناراض

۳۔ سفر جمل: نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے دست مبارک میں ایک روز نبی کا پھل تھا اس واقعہ کو حضرت طلحہ رضی اللہ عنہ یوں بیان فرماتے ہیں: انہوں نے پھل مجھے دیتے ہوئے فرمایا کہ یہ دل کی تکلیف (دورہ) کو دور کرتا ہے۔ (ابن ماجہ) اسی مسئلہ پر حضرت ابو ذر غفاری رضی اللہ عنہ مزید تفصیل فراہم کرتے ہیں انہوں نے بھی حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو ہاتھوں میں سفر جمل پکڑ کر اچھالتے ہوئے دیکھا اور فرمایا: جانتے ہو یہ کیا ہے؟ یہ دل کو مضبوط کرتا ہے سانس کو خوشبودار بناتا ہے سینے کے اندر سے بوجھ اتارتا ہے۔

ہم دل کے مریضوں کو سینہ سے بوجھ رفع کرنے کیلئے Inderal کی گولیاں دیتے ہیں اس کے مقابلے میں نبی خوش ذالہ بھی ہے اور دل کے عضلات کو مضبوط کرنے کے علاوہ گھٹن اور بوجھ دور کرتی ہے۔

دل کے دورہ اور اس کی گھٹن کے بارے میں حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے کئی مرتبہ خوشخبری سنائی۔ حضرت جابر بن عبد اللہ رضی اللہ عنہ روایت فرماتے ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا: سفر جمل کھاؤ کہ یہ دل کی تکلیف کو دور کرتا ہے اور سینہ کی گھٹن کو دور کرتا ہے۔ (ابن اسبی، ابویضعم) اسی مسئلہ پر ایک تائیدی خبر حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ کے توسط سے میسر ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: سفر جمل کھانے سے دل پر سے بوجھ اتر جاتا ہے۔

بعض ماہرین نے بخفاً القلب کا ترجمہ Pericarditis کیا ہے یعنی جب دل کی غلافی جلی میں ورم آجائے اور اس میں پانی پڑ جائے تو یہی کھانے سے فائدہ ہوگا۔

متعدد روایات سے پتہ چلتا ہے کہ انہوں نے سفر جمل کو صبح نہار منہ کھانے کی ہدایت فرمائی ان کے الفاظ گرامی تھے کلو السفرجل علی البویق۔ حضرت عوف بن مالک رضی اللہ عنہ روایت فرماتے ہیں: سفر جمل کھاؤ کہ دل کے دورے کو ختم کر دیتا ہے اور دل کو مضبوط بناتا ہے۔ ۳۔ شہد اور بائی پاس کے مریض: امراض قلب میں انتہائی پیچیدہ بیماری دل کے بائی پاس کا آپریشن ہے اگر ایسے مریض مستقل شہد استعمال کریں تو مستقل صحت یابی سے ہمکنار ہو سکتے ہیں۔ کتنے مریض آپریشن کے بغیر شہد کی طرف متوجہ ہوئے تو حیرت انگیز طور پر صحت کی طرف گامزن ہوئے کیونکہ شہد کے اندر ایسے اجزاء موجود ہیں جو خون میں اعتدال کی کیفیت پیدا کرتے ہیں۔ دل کے امراض کی بہتات دراصل شہد سے دوری ہے۔ اگر مریض ان قلب شہد کا استعمال جاری رکھیں تو بڑی جیتی اور گراں اودیہ سے دور رہیں اس

اپنے گناہ کو سواکسی سے نہ ڈر: حضرت عثمان غنی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے ارشاد فرمایا کہ خدا کے سوا کسی سے امید نہ رکھو اور اپنے گناہوں کے سوا کسی سے نہ ڈرو۔

بجھا دیتی ہے۔ حکیم جالینوس سے دریافت کیا گیا کہ تمہارے بیمار نہ ہونے کا کیا راز ہے؟ اس نے جواب دیا کہ میں دوروی غذا کھاتا نہیں کرتا، کبھی کھانے پر کھانا نہیں کھاتا اور نہ کسی ایسی غذا کو معدہ میں جگہ دیتا ہوں جو اس کیلئے تکلیف دہ ہو۔ (ریاض حسین مکتزوال میا نوالی)

معدہ کے امراض بوڑھی اماں کا خاص نسخہ

السلام علیکم محترم حکیم صاحب آپ کو چند نسخے ارسال کر رہی ہوں یہ ہمارے آزمودہ ترین نسخہ جات ہیں۔ پہلا نسخہ معدہ کی پتکی کا ہے جو کہ میری والدہ محترمہ کو ایک بوڑھی اماں کے توسط سے ملا۔ میری والدہ یہ پتکی بناتی ہیں آپ یقین کریں اس کے ناقابل یقین رزلٹ ملتے ہیں۔ معدہ جگر اور ہر قسم کی تکلیف خواہ ہیضہ ہو یا معدہ میں درد، خواہ بھوک نہ لگتی ہو اور کھانا کھانے کو دل نہ کرتا ہو، گیس کی وجہ سے سارا نظام خراب ہو، کبھی ڈکارتیں آتی ہوں یہ پتکی لا جواب ہے۔ میری والدہ پہلے گھر کے استعمال کیلئے بناتی تھیں اور جب خاندان میں کسی کو بھی معدے یا پیٹ کا مسئلہ ہو وہ ہم سے لیکر کھالیتا تھا۔ میری امی کی دوست ہیں دو ایک گھر میں سپارہ پڑھانے جاتی ہیں ان کو معدے کا مسئلہ تھا وہ بہت امیر ہیں بڑے سے بڑے ڈاکٹروں سے علاج کروایا لیکن کوئی افادہ نہیں ہوا۔ انہیں یہ پتکی دی تو یقین جمانے انہیں حیرت انگیز رزلٹ ملا تو ان کی بہن دینی سے آئی ہوئی تھیں ان کو بھی معدے جگر کا مسئلہ تھا انہوں نے کھائی تو ساری دہائی لے گئیں اور سپارے والی آئی کو کہا کہ ہمیں اور منگوا کر دو۔ امی نے اس بار پتکی تقریباً 6.7 کلو بنائی اور لوگ ہاتھوں ہاتھ لے گئے۔ اب صرف ایک ڈیڑھ پاؤنڈی ہے جو بھی کھاتا ہے وہ دوا میں دیتا ہے۔ میرے بھائی کو بھوک نہیں لگتی تھی امی نے زبردستی اس کو صبح نہار منہ کھلائی دو دن بعد اسے خوب ڈٹ کر بھوک لگی۔ حالانکہ وہ دو دو دن کچھ کھائے پئے بغیر ہی گزار دیتا تھا۔ اس سے چھوٹے بھائی کے چہرے پر دانوں کا مسئلہ تھا وہ رات کو اور صبح نہار منہ پتکی کھاتا ہے اس کے دانے نکلنے بند ہو گئے ہیں اور بھی بہت سے واقعات ہیں جو بھی استعمال کرتا ہے وہاں واہ کرتا ہے۔ اب اس کا نسخہ پیش کرتی ہوں: شام کے پتے کھانے کے دو چمچ، اجوائن ایک چھٹانک، زیرہ ایک چھٹانک، نیم کے مغز آدھی چھٹانک سے بھی کم، بڑی جڑ ایک چھٹانک، چھوٹی جڑ ایک چھٹانک، سمندر جھاگ ایک چھٹانک، کالا نمک، سفید نمک آدھا آدھا چھٹانک لے لیں۔ خشک پودینہ کھانے کے دو چمچ، سمندری

کی زندگی کا کوئی اعتبار نہیں اس لیے مجھے کوئی نسخہ لکھ دیں کہ اس پر عمل کر سکوں۔ اس پر معالج نے کہا کہ دیکھو صرف جوان جانور کا گوشت استعمال کرنا اور بغیر کسی بیماری کے دو دن پینا اور پختہ پھل استعمال کرنا کھانا کھانے کے بعد چھل قدی ضرور کرنا۔ کھانے کی خواہش کے بغیر کھانا نہ کھاؤ۔ بیوی کو جماع کی خواہش نہ ہو تو ہرگز جماع نہ کرو پینا نہ روک رکھنا، حمام اس وقت کرو جبکہ اس سے تم کو نفع پہنچے اس وقت حمام نہ کرو جس سے تمہارے بدن کا کوئی حصہ فدا ہو جائے۔ کھانا معدہ میں موجود ہونے کی صورت میں ہرگز نہ کھانا ایسی چیز کھانے سے پختہ جسے دانت چبانے کی استطاعت نہ رکھیں کیونکہ معدہ کو اس کو ہضم کرنے میں دشواری سے دوچار ہونا پڑے گا۔ ہر ہفتہ معدہ کو صاف کرنا ضروری سمجھو اور خون بدن کا تھیں بہا خزانہ ہوتا ہے۔ اس لیے اسے بلا ضرورت ضائع نہ کرنا اور حمام کیا کرو کیونکہ بدن کے اندرونی حصوں سے فضلات کو نکال باہر کرتا ہے جن کو دوا میں خارج نہیں کر پاتیں۔ امام شافعی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ چار چیزیں جسم کو قوی بناتی ہیں۔ گوشت خوری، خوشبو سگھنا، بکثرت غسل کرنا، کتان کا تیار کردہ لباس زیب تن کرنا اور چار چیزیں بدن کو کمزور کرتی ہیں بکثرت جماع کرنا، ہر وقت رنج و غم کرنا، نہار منہ کافی مقدار میں پانی پینا اور ترش چیزوں کا زیادہ استعمال کرنا۔ چار چیزوں سے نگاہ کو تقویت ملتی ہے کعبہ کے سامنے بیٹھنا، سوتے وقت سر نہ استعمال کرنا، سرسبز شاداب چیزوں کی طرف دیکھنا اور نشست گاہ کو صاف رکھنا۔ چار چیزیں نگاہ کو کمزور کرتی ہیں قبلہ کی طرف اپنی پشت کر کے بیٹھنا، گندگی کو دیکھنا، سولی دیے شخص کی طرف دیکھنا اور عورت کی شرمگاہ کو دیکھنا۔ چار چیزوں سے عقل بڑھتی ہے: غیر ضروری باتوں سے بچنا، مسواک کرنا، بزرگوں کی صحبت میں بیٹھنا، علماء کی مجلس میں حاضر ہونا، افلاطون کا قول ہے پانچ چیزوں سے بدن کو نقصان ہوتا ہے بلکہ بعض اوقات موت سے بھی ہمکنار کر دیتی ہیں۔ صنعت کار، گھر کا بیچارہ رہتا، دوستوں کی جدائی غیظ و غضب کو پی جانا، نصیحت کو ٹھکرانا، جاہلوں کا عقلمندوں سے حسد و استہزاء، مامون کے معالج کا قول ہے کہ ایسے شخص کی عادتوں کو اختیار کرو جو ان کی بخوبی رعایت کرتا ہو تو توقع ہے موت کے علاوہ کسی بیماری میں مبتلا نہ ہو گے البتہ موت تو بہر حال لا ملائج ہے۔ معدہ میں کھانا موجود رہنے کی حالت میں مزید کھانا کبھی نہ کھانا ایسی غذا کبھی نہ استعمال کرنا جس کے چبانے سے منہ تھک جائے کیونکہ ایسے کھانے کو معدہ ہرگز ہضم نہ کر پائے گا۔ بکثرت جماع کرنے سے پرہیز کرنا اس لیے کہ یہ زندگی کے جلے ویپ کو

انڈے کا دانگی استعمال چہرے پر سیاہی زردی مائل چھائیں پیدا کرتا ہے، پھلی تھکین اور حمام کے بعد قصد کرنے سے خارش اور برص کی بیماری پیدا ہوتی ہے۔ بکری کے گردے کا دانگی استعمال بانجھ پن پیدا کرتا ہے اور تروتازہ پھلی کھانے کے بعد معدے سے پانی سے غسل کرنے سے فالج پیدا ہونے کا خطرہ ہے۔ بقرہ کا قول ہے سفر چیزوں کی قلت، نفع بخش چیزوں کی کثرت سے بہتر ہے اور صحت کی دائمی حفاظت ٹھکان سے پیدا ہونے والی سستی سے بچنے اور بھرپور کھانے پینے سے پرہیز کرنے سے ممکن ہے۔ بعض اطباء کا کہنا ہے کہ جو اپنی صحت برقرار رکھنا چاہے اسے عمدہ غذا استعمال کرنی چاہیے۔ پوری طرح پیٹ خالی ہونے کے بعد کھانا چاہیے اور غیر معمولی تھکن کے وقت پانی پینا چاہیے۔ اس کے ساتھ ہی پانی کم مقدار میں پینا چاہیے دوپہر کے کھانے کے بعد آرام اور شام کے کھانے کے بعد چھل قدی کرنی چاہیے اور پینا پھل و پاختہ سے فراغت کے بعد سونا چاہیے۔ شکم سیری کی حالت میں حمام میں داخل ہونے سے بچنا چاہیے۔ موسم گرما میں ایک مرتبہ حمام کرنا (یعنی غسل کرنا) موسم سرما کے دس مرتبہ حمام سے بہتر ہے اور خشک باقی گوشت رات کو کھانا موت کو دعوت دینے کے مترادف ہے۔ نو جوان کو سن رسیدہ عورت کے ساتھ شادی بواہ باندھتی ہے، صحت مند کو مریض بنا دیتی ہے۔ حارث کا قول ہے کہ جو زندہ رہنے میں خوش ہو حالانکہ زندگی کو دوا نہیں تو اسے دوپہر کا کھانا طلی الصبح کا کھانا چاہیے اور رات کا کھانا جلدی ہی کھانا چاہیے بلکہ چادر استعمال کرنی چاہیے اور عورتوں سے جماع کم کرنا چاہیے۔ حارث کا بیان ہے کہ چار چیزوں سے صحت ختم ہو جاتی ہے۔ شکم سیری ہونے کی حالت میں جماع کرنا، شکم سیر ہو کر حمام میں داخل ہونا، خشک گوشت کھانا اور نو جوان کا سن رسیدہ عورت کے ساتھ شادی کرنا۔ جب حارث کی موت کا وقت قریب آیا تو لوگ اس کے پاس آئے اور کہا کہ ہمیں کوئی آخری نصیحت کیجئے کہ ہم اس پر عمل کرتے رہیں انہوں نے یہ نصیحت کی۔ صرف جو عورت سے شادی کرو پھل و رخت پر پکا ہوا استعمال کرو اور اسی موسم میں کھانا جب تک جسم میں قوت برداشت ہو وہاں سے پرہیز کرتے رہو۔ ہر مہینہ معدہ کو صاف کر لیا کرو۔ اس سے غلیم صاف ہو جائے گا اور صفر ختم ہو جائے گا اور گوشت پیدا ہوگا اور جب کوئی دوپہر کا کھانا کھائے تو اسے کھانے کے بعد ایک گھنٹہ آرام کرنا چاہیے اور شام کا کھانا کھانے کے بعد چالیس قدم چلنا ضروری ہے۔ بعض سلاطین نے اپنے معائنے سے کہا کہ آپ

ماہنامہ عجمی جنوری 2016ء شمارہ نمبر 115

ندامت سے بچنے کا عمل: اگر کسی کا قرض دینا ہو یا وعدہ کر کے پورا نہ کیا ہو تو اس سے ملاقات سے پہلے یا خلیجہ پڑھنا شروع کر دیں، انشاء اللہ ملاقات کے دوران وہ آپ کو شرمندہ نہ کرے گا۔

ہوں آپ خیریت سے ہیں۔ میرے پاس الفاظ نہیں کہ آپ کے بارے میں لکھ سکوں بس اتنا کہوں گی اللہ تعالیٰ آپ کو اور آپ کے عبقری کو اجی ترقی دے کہ عبقری کا نام دنیا کے ہر کونے میں روشن رہے آپ کے اہل خانہ عبقری کے تمام بھائیوں کی اللہ تعالیٰ حفاظت کرے۔ آپ کو تین عمل روانہ کر رہی ہوں ہر ایک عمل اتنا کامیاب اور مؤثر ہے جس میں آپ کو بتائیں سکتی۔ اللہ تعالیٰ کی رحمت اور آپ کی دعا سے میرا ہر کام اتنا کامیاب ہوتا ہے جس کی کوئی حد نہیں ہے۔

مشکل ترین کام: اگر آپ کو سخت ترین مشکل ہو اور آپ کا کوئی بھی کام نہ ہو رہا ہو تو عمل کریں ہر مشکل حل ہو جائے گی۔ یہ عمل میں نے خود کسی کیلئے کیا تھا تین دن میں لکھا تھا آپ یقین کریں ان کا اتنا مشکل کام تھا میں آپ کو بتائیں سکتی، کئی سال کا پرانا کام تھا۔ چالیس دن میں ہوتا ہے لیکن میرا ساٹھ دن میں کام ہوا۔ اتنا مضبوط کام ہوا میں سوچ بھی نہیں سکتی تھی۔ قارئین! آپ کسی بھی مشکل کام کیلئے استعمال کر سکتے ہیں۔ سب سے بڑی بات جو بھی کام کریں مکمل یقین اور توجہ سے کریں تو ہر کام میں کامیابی ملتی ہے۔ اپنے رب پر مکمل یقین ہونا چاہیے۔ عمل یہ ہے: یا اللہ 3125 بار کسی بار یک کاغذ پر با وضو ہو کر لکھیں اور پھر اس کاغذ کو طے کر کے آٹے کے پیڑے میں بند کر کے نہریا دیار میں ڈال دے اور کام کیلئے دعا کرے۔ انشاء اللہ چالیس دن میں نتیجہ اچھا نکل آئے گا۔ جیسے کے درد کیلئے: جس کو درد بیش بہت زیادہ ہوتی ہو یہاں تک درد برداشت سے باہر ہو برداشت نہ ہوتی ہو۔ سورہ مریم ایک بار اول و آخر درد شریف گیارہ گیارہ بار

چاروں رکتیں ادا کریں بعد از اسلام کے تسلی سے بیٹھ کر سورہ فاتحہ دس دفعہ آیت انگریزی دس دفعہ سورہ کافرون دس مرتبہ سورہ اخلاص دس مرتبہ سورہ قلقل دس مرتبہ سورہ ناس دس مرتبہ پڑھیں۔ سورہ معوذتین یعنی قلقل اور ناس درمیان میں بغیر بسم اللہ کے پڑھیں۔ بعد از فراغت و خلیفہ کے سجدہ میں سر رکھ کر سورہ سبحان اللہ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاللَّهُ أَكْبَرُ پڑھیں پھر بیٹھ کر سورہ آسْتَعِظُ اللہَ الَّذِیْ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَمْدُ لِلَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ وَالْثَوْبُ إِلَيْهِ پڑھیں پھر سجدہ میں سورہ آیت کریمہ پڑھیں پھر بیٹھ کر سورہ توبہ درود شریف کوئی سا بھی پڑھیں اس کے بعد آپ دعا یوں کیجئے گا کہ پہلے آپ دعا کیلئے ہاتھ اٹھا کر شام پڑھیں پھر کلہ سوک کا پھلا حصہ پڑھیں پھر چوتھا کلہ پڑھیں پھر درود شریف اور اپنی دینی مراد کیلئے دعا کریں انشاء اللہ پڑھنے والے پر دوزخ حرام اور جنت واجب ہو جائے گی۔ رزق میں سارا سال فراوانی ہوگی۔ نیز یہ عمل کرنے سے آپ کسی کو درد کیلئے دم کر سکتے ہیں۔ کوئی بھی درد سر کا مریض آئے تو آپ اس کی پیشانی کی کھال کو الٹو ٹھنڈے اور دوسری انگلیوں سے خوب دبائیں یعنی چٹکی جیسی بھریں اور ساتھ میں سورہ فاتحہ بھی پڑھیں اور دم کریں اسی طرح تین دفعہ سورہ فاتحہ پڑھ کر دم کریں آخر میں آپ اپنا لعاب دہن مریض کی پیشانی پر لگائیں انشاء اللہ درد سر فوری جاتا رہے گا۔ (حاجی مہتاب حسین دہلوی نوشہرہ کینٹ)

دولما تورا اور کامیاب عمل قارئین عبقری کیلئے
محترم قائل احرام حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! امید کرتی

نہیں آیا آخر انہوں نے کہا کہ آپ ریشن ہی ٹھیک رہے گا انہی دنوں آپ کا رسالہ میں پتھری کو ختم کرنے کا نسخہ تھا میں نے وہ دوا لیا بنا کر اپنے بہنوئی کو دی تین پڑیا استعمال کرنی تھیں بھائی نے دوسری استعمال کی تھی کہ ان کی پتھری پیشاب کے ذریعے نکل گئی اور وہ اب بالکل صحت مند ہیں۔ نسخہ یہ تھا کہ گندھک آملہ سار ایک تولہ قلعی شورہ چھ ماشے کالی مرچ چودہ عدد۔ گندھک آملہ سار کو تو سے پر گرم کریں اور اس میں کالی مرچ ایک ایک کر کے ڈالنے جائیں اور پھر تو سے سے نیچے اتار کر قلعی شورہ شامل کریں اور بار یک پیس لیں اور تین خوراکیں استعمال کریں اور کمال دیکھیں۔ معمول خزانہ کا فیض: سکول میں میری ایک کولیک کی بہن بھی ایک سرکاری سکول میں پڑھاتی ہیں جو تیس بچوں والا ہوتا ہے اس کی تنخواہ آٹھ ہزار روپے تھی مگر اسے دیر بڑھ سال ہو گیا تھا پڑھاتے ہوئے اسے تنخواہ نہیں مل رہی تھی ہر ماہ میٹنگ میں جلاتے تھے کہ تنخواہ اب آجائے گی کل آجائے گی ایسے ہی کرتے رہتے مگر دیتے نہیں تھے۔ میری کولیک نے مجھ سے ذکر کیا تو میں نے اسے دو اموں خزانہ گفت کیا اور کہا کہ اسے پڑھو اس لڑکی نے خود اس کی بہن نے اور اس کے ابو نے پڑھنا شروع کیا۔ فرض نمازوں کے بعد۔ ابھی انہوں نے دس پندرہ دن ہی پڑھا تھا کہ دہاڑی سے فون آیا کہ آپ کی تنخواہ بحال ہو گئی ہے اور بینک سے نکلوا لیں جب وہ لوگ بینک گئے تو ایک لاکھ آٹھ ہزار روپے اس کی تنخواہ آئی ہوئی تھی اور انہوں نے کہا کہ آپ کی باقی کی تنخواہ اگلے تین ماہ بعد کثیر ہو جائے گی یہ صرف اور صرف اموں خزانہ کی برکت کی وجہ سے ہوا۔

عمل راہ نجات و مشکلات

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! گزارش ہے کہ بندہ نے ایک معمولی سی کاوش بعنوان راہ نجات و مشکلات کی خصوصی عبارت بدیہ قارئین اکرام کی خدمت میں پیش ہے۔ درج ذیل عمل آپ ہر جہد کو کر سکتے ہیں مگر خاص القاص فوائد پانے کیلئے اگر اسے ہر سال جمعۃ الوداع کے دن پڑھیں تو مزید فوائد پائیں گے۔ طریقہ و خلیفہ: بعد از نماز جمعہ سے فارغ ہو کر یعنی ستائیس اور انوائس پڑھ کر چار رکعت نماز نفل کی نیت کریں تکبیر تحریمہ کے بعد شام پڑھیں پھر تعوذ پڑھیں پھر تسمیہ پڑھیں پھر سورہ فاتحہ پڑھیں آئین کے بعد تسمیہ پڑھ کر سات دفعہ بعد تسمیہ آیت انگریزی پڑھیں پھر بعد تسمیہ پندرہ دفعہ سورہ کوثر پڑھیں پھر رکوع کریں لیکن رکوع اور دونوں سجدوں میں تسبیحات گیارہ گیارہ دفعہ پڑھیں۔ اسی طرح

معروف تمام امراض کا علاج مزید اچھلتی سے کیجئے!

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں کافی عرصہ سے ماہنامہ عبقری بڑے شوق و ذوق سے پڑھ رہا ہوں۔ اس رسالے سے مجھے بڑے کام کے نسخہ جات اور وظائف ملتے ہیں۔ آج میں قارئین کیلئے بہت ہی کام کا نسخہ لایا ہوں۔ یہ نسخہ ایک مزیدار چٹنی کا ہے جو کہ معدہ کے تمام امراض کا جواب علاج ہے۔ حوالہ نشانی: سخت ہرے امرود و کلوچ نکال لیں ہر اپو دینہ صرف پتے ایک پاؤ ہرا دھنیا بعد و نخل آدھ کھڑو صاف کر کے چھوٹا چھوٹا کاٹ لیں۔ اور ک آدھ پاؤ کوٹ لیں۔ لیسن دیکھی آدھ پاؤ ٹ لیں۔ سونف سفید زردہ اجوائں ہر ایک آدھ چھنا تک سب کو تو سے پریمون لیں۔ کالی مرچ پسی ہوئی چار کھانے کے کچھ ی ایک کھانے کا کچھ نماز چھٹکے اتارے ہوئے ایک کھڑو پیاز آدھ کھڑو صاف کر کے کاٹ کر اچھی طرح ہاتھ سے غسل کر پانی سے دھو لیں۔ نمک اور لال مرچ حسب ضرورت۔ کالا سرکہ ایک سے دو گلاس۔ تمام اشیاء کو اچھی طرح گراہیڈر میں شیک کر کے کھان کر دیں اور یوں کوں میں پھر کر فریج میں رکھ دیں ایک سال تک خراب نہیں ہوگی۔ یہ چٹنی ہر وقت استعمال کر سکتے ہیں۔ فوائد: بھوک نہ لگنا کھنی ڈکاریں قبض پڑھنی گیس تبخیر معدہ منہ کا ڈانڈہ خراب ہونا معدہ کی جلن غرضیکہ تمام امراض معدہ میں نہایت مفید ہے۔ گرمیوں کے موسم میں ایک گلاس چھلین لی میں ایک کچھ چٹنی ملا کر جیس ایک خوشگوار احساس اور ذگی پیدا کرتی ہے۔ ایک ایک پیالہ مولی، گاجر، کھیر اور گری کدو کٹ کر لیں۔ سلاڈ کے پتے کٹر لیں یا بند گوبھی کٹر لیں۔ ہی ملا کر درج بالا چٹنی شامل کریں۔ ہر عمر کے بچہ نہایت شوق سے کھا لیں گے۔ (ظفر عباس ملک)

ہر بچے کی پیدائش پر ایک پیغام: حضرت بایزید بسطامی رحمۃ اللہ علیہ نے ارشاد فرمایا کہ ہر بچے کی پیدائش اس بات کا پیغام ہے کہ خدا ابھی انسان سے ناپس نہیں ہوا۔

یا اللہ اب مجھے دکھا دے۔ اللہ پاک نے ان کو دونوں فرشتے دکھا دیئے۔ اللہ پاک ہمیں بھی ایسا شوق عطا فرمائے۔ ایک مرتبہ نیٹ سے ایک روحانی عالم کی کتاب نکالی وہ تیس سال سے زیادہ عرصہ سے لکھ رہے تھے۔ ان کی کتابیں پڑھیں تو بہت پسند آئیں ان صاحب کی روحانیت پر بہت تحقیق ہے۔ پھر ان کی قرآنی عملیات اور قرآنی آیات کے عملیات کی کتب منگوا لیں۔ اس میں سورہ مومن کی آیت ”معم“ کا عمل تھا وہ ان کی اجازت سے کیا۔ صرف ایک دن میں 2304 دفعہ شرائط جمال کے ساتھ پڑھنا تھا تو لکھا ہے کہ ایسی پر اسرار قوت حاصل ہو جائیگی جس کا بیان کرنا ممکن نہیں اور غیب کی اکثر باتوں کا علم ہو جایا کرے گا۔ اس کو کرنے کے بعد روحانی صلاحیت میں بہتری آئی اور پھر سورہ اشعرا کی پہلی آیت ”طسہ“ کا عمل تھا ایک دن میں گیارہ ہزار آٹھ سو اکیاسی مرتبہ پڑھا تھا ”ذکوۃ ادا ہو گئی۔“ دوئی پر دم کر دیں یا دردی جگہ اٹھی رکھ کر 28 مرتبہ پڑھ دیں تو در فوری ختم ہو جائے گا۔ پھر سورہ نمل کی پہلی آیت کا عمل ”طس“ کو 1587 مرتبہ تین دن پڑھا اس کی ”ذکوۃ ادا ہو گئی“ یہ بھی شفا کے امراض اور کائنات کے اسرار کے انکشاف کیلئے ہے۔ ان کو دن میں ایک دفعہ دہرانا ہوتا ہے وہ دہر لیتا ہوں کہ عمل قائم رہے۔ دوسروں کا علاج کرتا ہوں تو بہت فائدہ ہوتا ہے۔ اب میں آتا ہوں عبقری سے تعارف کی طرف ’بیچ پوچھیں تو جو کچھ میں چاہتا تھا کہ مجھے روحانیت کا پہلو ملے۔ میں مغربی روحانیت سے بھی مطمئن نہیں تھا۔ عبقری سے وہ کچھ ملا کہ اپنی منزل کا راست مل گیا۔ ایسے خوبصورت اعمال

دوائی تیار نہیں ہے کچھ دن بعد تیار ہوگی آپ اپنے مرض کی کچھ تفصیل بتائیں جب ان کے مرض کی تحقیق کی گئی تو شخص کے مطابق ان کو فوجی لڑکھائیں نے ان سے کہا کہ میرے پاس فوجی لڑکے کا علاج نہیں ہے وہ کہنے لگے کہ آپ مجھے بو اسیر کی دوائی دے دیں۔ میں نے ایک ہفتے کے بعد آنے کا کہا جب وہ ایک ہفتے کے بعد آئے تو میں نے معذرت کی کہ دوا تیار نہیں ہے اور میں نے ان کو یہ عمل بتایا کہ جب تک دوا تیار نہیں ہوتی تک تب آپ یہ عمل کریں کچھ دن بعد وہ آکر دوا لے گئے اور کہنے لگے کہ میں نے عمل شروع کر دیا ہے تقریباً ڈیڑھ ماہ بعد ان کا فون آیا کہنے لگے کہ میں بالکل ٹھیک ہو گیا ہوں میں نے حیران ہو کر کہا کہ میں نے تو آپ کو دوائی پندرہ دن کی دی تھی آپ تو دوبارہ دوائی لینے کیلئے ہی نہیں آئے وہ کہنے لگے کہ میں نے تو دوائی کھائی ہی نہیں۔ میں نے آپ کا بتایا ہوا عمل کیا تھا اسی سے ٹھیک ہو گیا ہوں۔

ایک بار میری ایز دیوں میں شدید درد شروع ہوا کافی دنوں تک میں اس پریشانی میں مبتلا رہا۔ ڈاکٹر فیصل شمس نے کہا کہ یورک ایسڈ چیک کرالیں یہ یورک ایسڈ کی وجہ سے میں نے یورک ایسڈ چیک نہیں کرایا بلکہ یہ عمل شروع کر دیا اور تھوڑے ہی عرصے میں میں بالکل ٹھیک ہو گیا اور آج تک ٹھیک ہوں۔ میں نے اس کو قبض پیت کی چربی کو کم کرنے اور قوت خاص کی کمی میں بہت مفید پایا۔ آپ بھی آزمائیں اور عبقری میں اپنے تجربات لکھ کر بھیجیں۔ (راشد شمس لاہور)

میری بندش کیسے ٹوٹیں!

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں بچپن سے ہی بندشوں کا شکار رہا ہوں۔ جب سے ہوش سنبھالا ان بندشوں سے لڑ رہا ہوں اور ساتھ روحانی علم کی پیاس بھی کہیں نہ کہیں سے بجھا رہا ہوں۔ میں اکثر روحانی علم کی پیاس بجھانے کیلئے نیٹ پر سرچ کرتا رہتا ہوں میں نے اس موضوع پر سینکڑوں نہیں ہزاروں کتابیں پڑھی ہیں۔ میں حیران ہوتا تھا کہ اللہ تعالیٰ نے کتنی وسیع کائنات بنائی ہے ہم جتنا بھی شکر گزار ہو جائیں کم ہے۔ بات صرف علم حاصل کرنے کی ہے آج ہم نے بحیثیت مسلمان علم حاصل کرنا چھوڑ دیا ہے۔ غیر مسلم روحانیت کی تحقیق ہم سے زیادہ کر جائیں یہ کیسے ہو سکتا ہے؟ ہم فروعی اختلافات سے نظلیں گے تو کچھ اور سوچیں گے۔ امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ کی ایک کتاب میں ان کا واقعہ حاضر فرماتے ہیں: شروع شروع میں علم کی طرف بہت رغبت تھی بعد میں روحانیت کی طرف آئے تو فرماتے ہیں کہ میں نے اللہ سے بات کی کہ یا اللہ ساری زندگی لوگوں کو تعلیم دی کہ انسان کے دونوں کندھوں پر فرشتے بیٹھے نامہ اعمال لکھ رہے ہوتے ہیں

پڑھیں اور بڑے سے جگہ میں پانی پر دم کر لیں۔ سارا دن آپ نے دم کیا ہوا پانی پیتا ہے۔ اس کے علاوہ دوسرا اور کوئی پانی نہیں پیتا۔ چالیس دن یہ عمل کرتا ہے ہو سکتے تو ساتھ میں درود شفاء کی ایک شیعہ شامل کر لیں۔ پھر دیکھیں آپ کہاں اور درود کہاں جائے گا۔ انشاء اللہ عزوجل آپ کو شفا مل جائے گی۔ عمل یقین سے کریں۔ (نازیہ گجرات)

قبض پیت کی چربی کم کرنے قوت خاص کی کمی اور زیر ناف تمام بیماریوں کے عمل کیلئے عجیب عمل

جولائی 2012 کا ذکر ہے دن کا سوا ایک بجھا تھا ظہر کی نماز کا وقت قریب تھا میں اپنے دفتر میں بیٹھی سی ایل پرفون سن رہا تھا اچانک میرے سیل فون کی گھنٹی بجی جس کو چھوٹے بھائی ڈاکٹر فیصل شمس نے اٹھایا اور مجھے کہا کہ آپ کا فون ہے میں نے بیٹھی سی ایل فون کال کو مختصر کر کے بند کر دیا اور سیل فون کان سے لگا کر سلام کیا دوسری طرف سے ایک صاحب نے کہا کہ میں احتشام بات کر رہا ہوں اور کہا کہ مجھے پہچانا میں نے مسکرا کر کہا کہ آپ کی تصویر نہیں آ رہی۔ ان صاحب نے کہا کہ آج سے انیس سال پہلے ہماری ایک میڈیسن گھنٹی میں ملاقات ہوئی تھی۔ میں نے ان سے کہا کہ نماز کا وقت ہے میں دوبارہ آپ کو فون کرتا ہوں میں وضو کیلئے جا رہا تھا اور انیس سال پہلے کا زمانہ میرے سامنے تھا۔ یہ صاحب کراچی کی ایک فارماسیوں کی گھنٹی میں جاب کرتے تھے اور لاہور ان کے پاس تھا اور ان سے ملاقاتوں میں جو سب سے اہم بات مجھے یاد آئی وہ یہاں ذکر کرتا ہوں۔ ایک دن میں نے ان سے کہا کہ کوئی خاص اپنے تجربے کی چیز بتائیں کہنے لگے: مجھے بو اسیر تھی بہت علاج کرایا ابھی فائدہ ہو جاتا پھر مرض غالب آ جاتا ایک صاحب نے اپنا تجربہ بیان کیا اور میں نے اس عمل کو کیا اور میں ٹھیک ہو گیا۔ میں نے بے چینی سے پوچھا وہ کیا عمل ہے۔ کہنے لگے: نماز فجر، نماز ظہر، نماز مغرب اور نماز عشاء میں دوست مؤکدہ ہوتی ہیں۔ پہلی رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ الم نشرح پڑھنی ہے اور دوسری رکعت میں سورہ نمل پڑھنی ہے اور جب یہ سورتیں پڑھیں تو اپنے مرض سے نجات کا خیال کرنا ضروری ہے۔ ان کے بتانے کے بعد میں نے اس عمل کو کئی امراض پر آزمایا جس کی مختصر تفصیل اس طرح ہے۔ میرے پاس ایک مریض تشریف لائے اور انہوں نے کہا کہ مجھے بو اسیر کا مرض ہے اور میں نے بہت سے طریقہ علاج آزمایا ہے کسی نے آپ کا بتایا تو آیا ہوں میں نے کہا کہ میرے پاس بو اسیر کی

میاں بیوی کی محبت کیلئے خاص الخاص عمل

قلین اکملیہ ناپاتی: میاں بیوی کی محبت سہا مہا سال بنیائیں ماں باپ کے گھر بیٹھی رہتی ہیں۔ ازراہ کرام! اپنے خصوصی تجربات اور مشاہدات میں سے کوئی نقش ہو وغیرہ یا نوک کہ جو جس سے میاں بیوی کی محبت حیرت انگیز طور پر بڑھ جائے۔ آپ نے آزمایا ہو یا آپ کے کسی قریبی نے آزمایا ہو بس صرف آزمایا ہوا لکھیں۔ کتابوں سے نقل کر کے نہ بھیجیں۔ آپ کا یہ عمل لاکھوں کروڑوں کیلئے صدقہ جاریہ ہے۔ جو لوگوں کا گھر بسائے گا اللہ اس کا اور اس کی نسلوں کا گھر آباد و شاد کرے گا۔ ضرور لکھیں اپنا ریو خطاری میل یا درج ذیل نمبر پر منج کریں ہرگز نہ بھولیں 0343-8710009 اس نمبر پر صرف منج کریں۔

ایمیل ایڈریس: contact@ubqari.org

بندھن جاری: مولیٰ کے بیچ بھی بڑے کارآمد ہوتے ہیں۔ آدھ تولہ مولیٰ کے بیچ اگر نیم گرم پانی سے کھائے جائیں تو بندھن جاری ہو جاتا ہے۔ آزمودہ ہے۔

بہت حوصلہ دیا اللہ سے اس کی خاص حفاظت خاص نصرت لینے میں مدد دی۔ یہ شعر کہیں میں نے ایک بندے کو پڑھتے ہوئے سنا وہ اس کو ہر مصیبت میں پڑھتا تھا اس میں نے اس کو اپنا لیا۔ شعر درج ذیل ہے:-

الہی خیر گردانی بجی رب پروردگار برکت شاہ جیلانی
یہ ایسا چلہ ہے کہ میں آپ کو کیا بتاؤں؟ یہ میری زندگی کا پہلا عمل ہے جو سکول سے پڑھنا شروع کیا بہت زود آ رہا ہے۔
اس میں شرک کا کوئی پہلو نہیں ہے کیونکہ اس میں دعا تو رب العزت سے کی جا رہی ہے۔ پھر ایک اور مستون دعا ہے جو کہ آپ کی کتاب ”کامیاب عامل بنے“ جو میں نے دفتر ماہنامہ عبقری سے مشکوٰۃ کے صفحہ نمبر 129 پر موجود ہے یہ دعا حضور نبی کریم ﷺ حضرت امام حسن رضی اللہ تعالیٰ عنہ اور حضرت امام حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہ پر پڑھ کر دم فرماتے تھے۔ میں نے اس دعا کو صرف تین دفعہ روزانہ پڑھنا شروع کیا تو جسم سے بہت بوجھ ہٹ گیا۔ بیماریوں میں افاقہ ہوا اور ذہنی صلاحیتوں میں اضافہ ہوا بہت بے مثال اثرات رکھتی ہے۔ اگر اس کی ایک تصحیح پڑھ لی جائے تو کوئی نظر بد جاوے قریب بھی نہیں آ سکتا۔ بِسْمِ اللّٰهِ اَرْزُقْنِکَ مِنْ طَیِّبٍ ذَاوِرٍ یُّؤْذِنِکَ مِنْ شَرِّ کُلِّ نَفْسٍ اَوْعَیْنِ حَاسِدٍ اللّٰهُ یَشْفِیْکَ بِسْمِ اللّٰهِ اَرْزُقْنِکَ۔

بدقسمتی اور مشکلات کو ختم کرنے والا کامیاب عمل: ایک عمل جو میں کئی سالوں سے دہاتا ہوتا کرتا ہوں وہ میں نے ”فقری مجموعہ دعا ٹک“ میں پڑھا تھا۔ کنز العمال سے روایت لی گئی ہے ”حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا جو نماز کی پاکی کی طرح پاکی کے ساتھ سورۃ فاتحہ پڑھ کر سورۃ بقرہ اخلاص پڑھے گا اللہ تعالیٰ اس کیلئے ہر حرف کے بدلے دس نیکیاں لکھیں گے اور دس برائیاں مٹائیں گے اور اس کیلئے جنت میں دس درجے بلند کریں گے اور جنت میں کل تعمیر فرمائیں گے اور اس کے عمل کو اس دن اس شخص کی مانند کر دے گا جس نے 33 بار قرآن

آپ کے لیے نہیں آپ کی اولاد کیلئے گھر والوں کیلئے ہمیشہ دعا گو رہوں گا اور اپنی اولاد کو بتاؤں گا کہ ہمیشہ آپ اور آپ کے اہل خانہ کیلئے دعا کریں ثواب بھیجیں۔ اس سے آپ کے احسانات کا بدلہ تو شاید اتارے لیکن محبت کا جواب محبت سے تو دیتا ہے۔ روحانی عطر یاد آیا بہت بڑی نعمت ہے خوشبو کی خوشبو روحانیت کا سمندر ہے خاص کر برکت کی قبلی پر لگا تا بہت ضروری ہے جیسا کہ آپ کی تاکید ہے۔ عبقری کی طرف بہت لمبا سفر کر کے بڑا لمبا چکر کاٹ کر آیا ہوں اسی لیے عبقری کی قدر بھی زیادہ ہے۔ اس سارے سفر کے دوران مجھ کے قدیم علوم سے بھی واقفیت ہوئی۔ مجھے انرجی سے متعلق تمام علوم سیکھنے کا شوق رہا سانس کی مشقوں کے ذریعے میں نے اپنے جسم میں موجود انرجی کو پاور فل بنانا شروع کر دیا۔ ہمارے جسم کا بہت بڑا انرجی سنٹر ہماری ناف کے ایک انچ نیچے واقع ہے یہ چیز ان جاننے کے علوم کی اساس ہے وہ تمام انرجیز کو جمع کر کے اس انرجی سنٹر میں سنور کرتے ہیں۔ پھر میں نے غور کیا کہ ہم جو نماز میں ہاتھ باندھتے ہیں تو ناف کے نیچے باندھتے ہیں اس کی یہ وجہ ہے شاید ہاتھ باندھ کر سورۃ فاتحہ اور دیگر سورتیں پڑھتے ہیں تو وہ انرجیز جو تلاوت سے پیدا ہوتی ہیں وہ ہاتھوں کے ذریعے ہمارے اس انرجی سنٹر کو چارج کرتی ہیں۔ اسی وجہ سے نماز سے انسان ہشاش بشاش ہو جاتا ہے۔ ایک بزرگ عالم کے زبردست عملیات: جن بزرگ بنے مجھے تاکر کھڑے والا عمل کروایا وہ سورۃ کوثر کے بڑے زبردست عالم تھے۔ حب اور تحفیر کیلئے یہ تَاوُذُوذُ بتاتے تھے۔ تَاوُذُوذُ کے بارے میں انہوں نے بڑی عجیب باتیں بتائیں۔ تَاوُذُوذُ کو ”حب“ اور تحفیر کیلئے پڑھتے ہوئے تسبیح کا دانہ سامنے سے اپنی طرف گرائے گا تو تحفیر ہوگا۔ بشرطہ جائز مقصد کیلئے کیا جائے ورنہ بڑا سخت نقصان کا اندیشہ ہے۔ یہ بڑا سخت عمل ہے۔ تَاوُذُوذُ کا ایک حب کا طریقہ یہ بتایا کہ اس کی پڑھائی اگر کسی کی تحفیر کیلئے کریں تو آخر میں سورۃ کوثر کا آخری حصہ بھی ملا کر تین دفعہ پڑھ لیں۔ سوکھات ایسے حرکت میں آتے ہیں کہ فوراً فوراً تحفیر کرتے ہیں۔ ایسے پڑھتا ہے۔ تَاوُذُوذُ

ہولاہتر ہولاہتر ہولاہتر ہولاہتر اور پھر پھونک دیں۔
چھ سورتوں سے روحانی حصار: آخری چھ سورتوں کو دو رکعت میں پڑھنے کا طریقہ میں نے خود آزمایا بہت کارآمد ہے جسم ایک روحانی حصار میں آ جاتا ہے اور جسم کی لطافت بڑھ جاتی ہے۔ ایک شعر پڑھیں اور پریشانیاں بھگا لیں:
ایک اور چیز جو میرے بڑے مشکل اور خراب حالات سے میری ساتھی ہے وہ یہ شعر ہے یہ ایک ایسی چیز ہے جس نے مجھے

ایسے مزیدار اور لذیذ کھانا ملا دیا جیسا کہ کوئی نہیں ہے۔ روحانیت کے مستاشیوں کو اپنا خوار ہونے کی ضرورت نہیں اس قدر آسانی سے اللہ پاک نے اپنی روحانی نعمتوں کو کھول کر رکھ دیا ہے عبقری کے ذریعے اور سب سے زیادہ آپ کی شکل میں۔ آپ میں وہ سب باتیں موجود ہیں جو کہ ایسے مشن کو پورا کرنے کیلئے ضروری ہیں۔ جب اللہ تعالیٰ سے انسان کا تعلق جز جائے تو فرشتے اور گائیڈز سب اور ہی دیا لگتے ہیں صرف اللہ کا حسن اور اس کی عظمت دل میں آ جاتی ہے باقی ہر طرف سے انسان کی نظر ہٹ جاتی ہے۔ آپ کے ذریعے سے اللہ سے تعلق کا راستہ مل گیا ہے۔ سب سے پہلے وَتَسُوْفُ یُعْطِیْکَ رِزْقَکَ فَتَرْضَیْ (وَالضَّحٰی) کی آیت والا عمل پڑھنا شروع کیا۔ کیا زبردست اور عجیب نسخہ ہے کہ آپ نے لکھا تھا کہ عجیب کشش آ جاتی ہے اس کو پڑھ کر واقعی حرف بحرف اس کی خصوصیات دیکھ رہا ہوں۔ آنکھوں میں ایسی کشش ہے کہ کسی چیز کو دیکھوں تو ایسے لگتا ہے وہ چیز کھینچ کر قریب آگئی ہے۔ دن میں چلتے پھرتے اگلیوں پر تین چار ہزار تو کم از کم پڑھ لیتا ہوں۔ بہت رکاوٹوں میں کمی آگئی ہے۔ میں آپ کی تعریف نہیں کر سکتا تعریف اس کی ہوتی ہے جس کی تعریف کرنے کے قابل انسان خود ہوا اس کی زبان ہو آپ اللہ تعالیٰ کا ایک احسان ہیں اور آپ کو میں اپنا رول ماڈل اور آئیڈل سمجھتا ہوں۔ آپ کے درس باقاعدگی سے سنتا ہوں اور اس وجہ سے دل میں رقت اور نرمی آگئی ہے۔ اللہ پاک کے آگے روئے کو دل کرتا تھا رو یا نہیں جاتا تھا اب ایسی نرمی اور گداز آ گیا ہے کہ کیا بتاؤں آنسو بہتے ہیں تو رکتے نہیں ہیں۔ ایک عمل آپ نے بتایا تھا اَللّٰہُکَ الْغَدُوْسُ وَالسَّلَامُ یہ ناف سے نیچے کے تمام عارضوں کیلئے آپ نے بتایا تھا اس کو میں نے پڑھنا شروع کر دیا احکام کا مسئلہ بہت حد تک حل ہو گیا روزانہ دو یا تین ہزار پڑھ لیتا ہوں۔ مزید اس عمل سے عبادت کا شوق بھی بہت زیادہ بڑھ گیا ہے۔ میں نے الفحسبہ اور اذان والا عمل پڑھنا شروع کر دیا ہے۔ پہلی دفعہ جب میں نے سات دفعہ سورۃ مومنوں کی آخری چار آیات اور سات مرتبہ اذان پڑھ کر اپنے کانوں میں پھونکا تو نہایت گندی بدبو خارج ہوئی اور بعد میں کانوں میں سے ایسے حرکت ہوئی جیسے کچھ نکل کر بھاگا ہے۔ آہستہ آہستہ بہتری آ رہی ہے۔

دل آپ کیلئے دعاؤں سے بھر پور ہے۔ ہم آپ کو کچھ نہیں دے سکتے آپ کا وہ مقام ہے کہ آپ تو روحانی دولت لٹانے والے ہیں۔ میں آپ کیلئے دعا گو ہوں اور دل کہتا ہے صرف

آزمودہ عمل برائے بواہیر خونی و بادی

عمل یہ ہے: ”خمراسان کے میاں نونے شاہ۔ خونی بادی دونوں جا“ مریضان بواہیر خونی یا بادی کو چاہے کہ ضروریات سے فارغ ہو کر آبدست لینے کے بعد چلو میں پانی لیں اور مندرجہ بالا عمل تین دفعہ پڑھ کر چلو والے پانی پر دم کر کے آبدست لیں۔ اس طرح تین بار عمل کریں۔ دن میں جتنی بار دفع حاجت ہو ہر بار یہ عمل کرنا ہے۔ عمل کی میعاد سات چودہ اکیس دن ہے۔ (ازافادات: حضرت کاوش) (سلطان محمود نسیم کو دھراں)

شادی کیلئے: اگر کسی کو شادی کا پیغام نہ آتا ہو تو اسم یا علیؑ بذات خود 2970 مرتبہ روزانہ چالیس دن تک بعد نماز مغرب خلوت میں بیٹھ کر پڑھے انشاء اللہ بہتر رشتے کا پیغام آجائے گا۔

روزانہ نوش فرمائیں انشاء اللہ اولاد خوبصورت اور ذہین، مہنگند پیدا ہوگی۔ ایام حمل کے دوران خربوزہ اور تربوز کا زیادہ استعمال کرنے سے اولاد خوبصورت پیدا ہوتی ہے۔ ہانچھ عورت کا روحانی علاج: حضرت بابا فرید الدین مسعودیؒ شکر چشتی رحمۃ اللہ علیہ کا ارشاد ہے کہ اگر کوئی عورت اولاد سے محروم ہو تو اس کو یہ نقش کاغذ پر لکھ کر سات روز تک کھلایا جائے اگر حکم خدا سے پیدا ہو تو قیامت کے دن میری دامن گیر ہو نقش مکرم یہ ہے:-

سودھ	صراح جمیع
سرومہ	سرمہ

شادی کیلئے روحانی عمل: اگر کسی شخص کی لڑکی کنواری اور کوئی شخص اس سے نسبت کا پیغام نہ دیتا ہو تو وہ وضو کرنے کے بعد دو رکعتیں نفل پڑھ کر ایک سو دفعہ یا لَیْلَیْئِیْف پڑھے اور پڑھ کر اسی مقصد کیلئے دعا مانگے اللہ کے حکم سے ایک ماہ کے اندر اندر مراد پوری ہوگی۔ شادی کیلئے: اگر نظر بیدی کی وجہ سے شادی میں رکاوٹ ہو تو یہ تعویذ لکھ کر چھ منٹ سر پر رکھیں پھر جلا دیں ایک تعویذ سے نظر بد کا اثر پوری طرح سے ختم نہ ہو تو تین تعویذ کافی ہیں۔

۱+۲+۵+۷

آلیناپیش آلینا سیٹ

حالات در اور کراماتی حنفیہ: سوچی آدھا کھو کو دیکھی گھی ایک کلو

جودی بوٹیوں کے شوقین متوجہ ہوں!

حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم نے ایک دوائی دب کی جڑ سے تیار کرنی ہے اس وقت ہمیں دب یا درب جس سے جھاڑو بننے میں کی جڑ (اس جڑ کی نشانی یہ ہے کہ یہ جڑ لمبی پتلی اور پیلے رنگ کی ہوتی ہے اس میں مکاد کے گنے کی طرح گانٹھیں ہوتی ہیں) فوری مطلوب ہے۔ کوئی قیتہ دے یا گفت کرے نہایت مشکور ہوں گے۔ اطلاع کیلئے ڈاک کے ذریعے یا اس نمبر پر صرف میسج کریں 0343-8710009

شدید دانت درد کا روحانی علاج

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں رسالہ بقری بہت شوق سے پڑھتی ہوں۔ ایک آزمودہ عمل پیش خدمت ہے۔ میرے دانت میں بہت شدید درد ہوتا تھا جس کی وجہ سے میں بہت پریشان تھی دوا کھانے سے صرف وقتی فائدہ ہوتا۔ میں نے ہر وقت چھینک کے بعد پڑھنے والی دوا پڑھنی شروع کر دی اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ عَلٰی کُلِّ حَالٍ۔ وَصَلَّى اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَآلِہٖ وَسَلَّمَ۔ جب یہ پڑھنا شروع کیا تو آج تک دوبارہ دانت درد نہیں ہوا۔ اللہ اللہ! (بشیرہ احمد علی)

ہاضمہ تیز ہوتا جا رہا ہے جتنا پڑھوں کم لگتا ہے۔ اَللّٰہُمَّ اَلْقُدُّوْا شَیْطٰنَ الشَّکْوَہِ بہت ہی سبے مثال عمل ہے۔ بے انتہا فوائد ملے ہیں۔ پہلے شیطانی وساوس اپنا اثر کر جاتے تھے یہ ہی نہیں لگتا تھا ان کی چال چل جاتی پر اب دل پکا ہو جاتا ہے کسی وسوسے میں نہیں آتا۔ وسوسے آتے ہیں کہ اعمال چھوڑ دو کیوں اس رکاوٹ سے جنگ کرتے ہو یہ رکاوٹ تو نہ ہوتی ہے نہ اس کا جسم ہے تم سوتے ہو سوتے ہو تو تم خطرے میں ہوتے ہو غافل ہوتے ہو لیکن دل کہتا ہے میں تو اللہ کو یاد کر رہا ہوتا ہوں ان اعمال سے اللہ سے مدد مانگ رہا ہوتا ہوں حفاظت تو اللہ کر رہا ہوتا ہے۔ اللہ جیسی جنگ تو کوئی نہیں لڑ سکتا۔ اعمال کے ذریعے سے اللہ کا سہارا ہے۔ آخر میں ایک گزارش ہے کہ روحانی عطر کا سلسلہ ہمیشہ کیلئے جاری رکھئے گا۔ زندگی کے ہر شعبے میں اس کی برکت پڑتی ہے۔ آج سوچ رہا تھا اگر روحانی عطر کو کسی کپڑے پر لگا کر سکون سے اس کو سونگھا جائے اور ہر سانس کے ساتھ اس کی برکت اس کی خوشبو کو جسم کے اندر ہر جگہ پہنچے کا تصور کیا جائے تو کیا حزا آئے گا؟ پورے جسم میں شفا بھر جائے اور روحانی طور پر اللہ تعالیٰ کی برکت سے معطر ہو جائے۔ یہ ایسی برکت والی نعمت ہے جو گھر بیٹھے بھائے مل رہی ہے۔ ایک اور چیز جو میں باقاعدگی اور اہتمام کے ساتھ ہر ماہ کرتا ہوں وہ ہے ہر نئے اسلامی قمری ماہ کا چاند دیکھ کر دعا کرتا ہے۔ یہ ہمارے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی سنت مبارکہ ہے جسے ہم نے بھلا دیا ہے۔ اس کی وجہ سے بہت سی رکاوٹیں دور ہوتی ہیں۔ پورا مہینہ بڑی راحت سے گزرتا ہے۔ (ارسلان حمید)

میری زندگی کے روحانی وطنی ایٹم بم

لوہی کی بجائے لڑاکا: جن عورتوں کے ہاں اکثر لڑکیاں پیدا ہوتی ہیں انہیں اگر استقرار حمل کے ایک ماہ بعد سے کچا کدو لیکر اس کے بیجوں کو مصری کے ساتھ استعمال کرنا شروع کر دیں اور تیسرے ماہ کے آخر تک جاری رکھیں۔ تو لوہی کی بجائے اکثر لڑکا پیدا ہوتا ہے یہ تجربہ پچاس فیصد کامیاب رہا ہے۔ معاون حمل: حاملہ عورت کو اگر دوران حمل ابتدائی اور آخری ماہ میں ایک چھنا تک مصری کے ساتھ روزانہ دو چھنا تک کچا کدو استعمال کرایا جائے تو بچے کا رنگ شرطیہ طور پر بہتر ہوگا۔ خوبصورت اولاد پیدا کرنے والا راز: ایام حمل میں سنگتوں (مالٹوں) کا زیادہ استعمال خوبصورت اولاد پیدا کرنے کا راز ہے۔ جس کا جی چاہے آزما کر دیکھ لے۔ ایام حمل کے دوران انگوڑا زیادہ استعمال کرنا بھی خوبصورت اولاد پیدا کرنے کا راز ہے۔ ایام حمل کے دوران صبح و شام کے وقت روغن بادام کا ایک چمچ ایک پاؤدودھ میں گھس کر کے

پڑھا ہو۔ یہ شرک سے علیحدگی فرشتوں کے حاضر ہونے کا سبب اور شیطان کا بھاگنے کا ذریعہ ہے اور عرش سے ایک آواز آتی ہے جو اپنے پڑھنے والے کا تذکرہ کرتی ہے یہاں تک کہ اللہ تعالیٰ سورۃ اخلاص پڑھنے والے کی طرف نظر فرماتا ہے اور اللہ تعالیٰ جس کی طرف نظر فرمادے اسے کبھی عذاب نہ دے گا۔ (کنز العمال)

سورۃ اخلاص سے سرور حاصل کیجئے: اس عمل کو اکثر کرتا تھا بہت زبردست عمل ہے بد قسمتی کو مشکلات کو ختم کر کے رکھ دیتا ہے۔ مجھے اس عمل سے بہت خاص پیار ہے اور سورۃ اخلاص اس کی اصل وجہ ہے۔ سورۃ اخلاص پڑھتا ہوں تو دل اللہ کی توحید میں کھو جاتا ہے۔ ایسا سرور ہوتا ہے کہ کسی اور عمل میں ایسی کیفیت نہیں ہوتی سورۃ اخلاص دل کے تاروں کے ساتھ ایسی ملتی ہے کہ بس اس کے کچھ عرصہ پڑھنے کے بعد ایک وفد خواب آیا کہ میں خواب میں بہت سرور سے دل سے ڈوب کر سورۃ اخلاص کی تلاوت کر رہا ہوں۔ مجھے کچھ نہ سوجھی خواب نامہ پڑا تھا اس میں دیکھا تو لکھا تھا کہ اگر سورۃ اخلاص اگر خواب میں پڑھ رہے ہوں تو دنیا اور آخرت کی سرفرازی اور سعادت حاصل ہو۔ اس کے بعد مجھے یقین ہو گیا کہ یہ اسی سورۃ اخلاص کے عمل کی وجہ سے ہے اور اس کے بعد واقعی دنیاوی کامیابیاں بھی ملیں اور آخرت کیلئے بھی سرمایہ جمع کرنا شروع کیا اور اس عمل کی برکت سے آپ سے اور بقری سے تعلق جڑ گیا۔ دل کتنا خوش اور مطمئن ہے کہ کوئی ہاتھ پکڑنے والی دستی مل گئی دل میں ہر وقت کھڑک رہتی تھی۔

عمل میں طاقت بڑھانے کیلئے: میں اکثر مراقبہ کرتا ہوں اور مادرانی دنیا کی سیر کرتا ہوں میں کبھی کبھی جنت کی سیر کا مقصد رکھتا ہوں بڑے بڑے خوبصورت باغات نظر آتے ہیں چشمے ندیاں خوبصورتی و اَنَسُوْفٌ یُّغْطِیْنِکَ وَتُکَلِّفُ ظِلِّیْ ظِلُّو الضَّحٰی ہاں والا عمل ہر دوسرے عمل کے ساتھ بڑی مدد کرتا ہے۔ یہ آیت پڑھتے ہوئے میں سوچتا ہوں کہ فلاں عمل جو کر رہا ہوں اس میں طاقت بڑھ جائے یقین بڑھ جائے توجہ بڑھ جائے تو واقعی وہ نتیجہ حاصل ہوتا ہے۔ پہلے بہت سے نجوم کے رسالے ہر ماہ باقاعدگی سے خریدتا تھا اب جب سے بقری ملا ہے طبیعت نجوم سے اچاٹ ہے۔ ہر قسم کی انرجی والی پرانی پرنیکس سے اچاٹ ہے اب دل کرتا ہے اعمال میں رہوں ایک پڑھوں پڑھتا جاؤں پھر دوسرا شروع ہو جائے پھر تیسرا۔ محترم حضرت حکیم صاحب! جیسے کھانے پینے کا ہاضمہ ہوتا ہے ایسے روح کا پیٹ بھر جاتا تھا اب ہے۔ پہلے تھوڑا سا پڑھتا تھا روح کا پیٹ بھر جاتا تھا اب

جو خدا سے ڈرتا ہے: جو خدا سے ڈرتا ہے خدا کی دوستی اس کے دل میں پیدا ہو جاتی ہے۔ دنیا اس سے ڈرتی ہے ورنہ وہ دنیا سے نہیں ڈرتا۔ (خواجہ ذوالنون مصری رحمۃ اللہ علیہ)

پہاڑ جتنا قرض بھی فوری ادا عمل حاضر ہے!

یہ تجربہ مدینہ منورہ سے مکہ مکرمہ کے سفر کے دوران حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کو نہایت شریف اور نیک آدمی محبوب شاہ نے دیا تھا اور اس نے خود اس کو آزمایا۔ اس کو کسی نے لاکھوں ریاں کا دھوکہ دیا اس نے پھر اس کو مسلسل پڑھا آج اللہ کا اس پر بہت فضل ہے۔ حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم نے چاہا کہ اس کو لاکھوں کروڑوں انسانیت کیلئے عام کر دیا جائے۔ عمل درج ذیل ہے:-

ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ میرے پاس حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہ تشریف لائے اور فرمایا کہ کیا آپ نے وہ دعا سنی ہے جو رسول اللہ ﷺ نے مجھے سکھائی ہے۔ میں نے کہا کہ وہ کیا ہے؟ فرمایا: حضرت عیسیٰ بن مریم علیہ السلام اپنے اصحاب کو یہ دعا سکھاتے تھے فرمایا: اگر کسی کے اوپر پہاڑ جتنا قرض ہو اللہ تعالیٰ سے یہ دعا کرے تو اللہ تبارک تعالیٰ اس کا قرض ادا فرمادے گا۔

اللَّهُمَّ قَارِبِ إِلَيَّ الْهَيْجَةِ، كَاشِفِ الْعَجْزِ، مُجِيبِ دَعْوَةِ الْمُضْطَرِّينَ، رَحْمَنَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَرَجِيئُهُمَا، أَنْتَ تَزِيحُنِي قَارِئُ عَنِّي بِرَحْمَتِكَ تُغْنِيَنِي بِهَا عَنْ رَحْمَتِكَ مَن يَسْأَلُكَ - فرمایا: حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے میرے اوپر باقی قرضہ رو گیا تھا اور میں قرضے کو پسند نہ کرتا تھا پس میں یہ دعا کرتا رہا۔ پھر اللہ تعالیٰ نے مجھے قاعدہ پہنچایا اور قرضہ ادا فرمادیا۔ ام المومنین حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ میرے اوپر حضرت اسماء بنت عمیس رضی اللہ تعالیٰ عنہا کا ایک دینار اور تین درہم قرض تھا پس جب وہ میرے پاس آئی تھیں تو میں حیا سے ان کے چہرے پر نظر نہیں اٹھاتی تھی کیونکہ میرے پاس ان کا قرض ادا کرنے کے لیے کچھ نہیں تھا۔ پس میں یہ دعا کرتی رہی اور توڑا ہی عرصہ گزر رہا تھا کہ اللہ تعالیٰ نے مجھے ایسا رزق دیا نہ وہ صدقہ تھا اور نہ ہی میراث تھی جو کہ میرے حصے آتی ہو۔ پس اللہ تعالیٰ نے میرا قرضہ اتار دیا اور میں نے اپنے گھر والوں پر خوب بانٹا اور حضرت عبدالرحمن رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی بیٹی کو تین اواق (پیمانہ) چاندی کے زیور بنا کر دیے پھر بھی میرے پاس بہت کچھ بچ گیا۔

دن ہے، اس عرصہ میں منگنی یا شادی ہو جائے تو بھی دن پورے کرنا ضروری ہے۔ اولاد کیلئے: اگر کسی کی اولاد پیدا ہو کر مر گئی ہو یا آئندہ اولاد ہونے کا امکان نہ ہو تو وہ شخص گیارہ دن تک عشاء کی نماز کے بعد تین ہزار دفعہ یا چشتاؤ پڑھ کر تین عدد مغز یا دام پر دم کر کے ایک دانہ بیوی کو کھلائیں اور دو دانے خود کھائے پھر اپنی بیوی سے خلوت کرے۔ گیارہ دن تک ایسا کرے انشاء اللہ اس کی بیوی حاملہ ہوگی اور نیک صالح فرزند ہوگا۔ جب بچہ پیدا ہو تو اس کا نام عزیز اللہ یا عطاء اللہ رکھے اور سات برس تک ہر سال اس کیلئے ایک بکرے کی قربانی کرے۔ اولاد کیلئے: اگر کوئی شخص چاہے کہ نیک اور صالح فرزند پیدا ہو تو بیوی کے پاس جا کر پہلے دن 11 مرتبہ یا مائت چھوڑ پڑھے اور پھر حق زوجیت ادا کرے تو اللہ کے حکم سے سعادت مند بچہ پیدا ہوگا۔

بذر بان عورت کیلئے: سورۃ صافات کو لکھ کر کسی بذر بان عورت کو پانی میں گھول کر پلانا نہایت مفید ہے۔

دین اور دنیا کی حاجتوں کیلئے عمل

ایک سو اسی دفعہ ہفت روزہ نماز کے بعد یا طیف پڑھنا اور ہمیشہ اس عمل کا کرنا دین و دنیا کی حاجتوں کے پورا ہونے کا بڑا کامل ذریعہ ہے۔ رقم الحروف کہتا ہے کہ میری زبان میں طاقت نہیں جو میں اس اسم کی تاثیر بیان کروں یا قلم سے لکھ سکوں۔ یہ اللہ تعالیٰ کی نعمتوں میں سے ایک نعمت ہے۔ جو اللہ تعالیٰ نے اپنے بندوں پر نچھوڑی ہیں۔

بے پناہ قوت و طاقت کیلئے نسخہ: 3 گرام روزانہ یہ نسخہ کھائیں زبردست مقوی باہ و اعصاب ہے۔ اعضائے زہرہ کیلئے لا جواب ہے صحت قائم رہتی ہے۔ خونیان، کباب، زنجبیل، مصطکی، جوزبوا، دارچینی، محرق قرا حاسب 10 گرام، حود خالص 2 گرام، تمام وزن سے 3 گنا شہد لیکر بھون بنالیں۔ ایک ٹالیاب نسخہ: گھر میں پے ہوئے آٹے کا چھان محفوظ رکھیں۔ قدرت نے اس میں وہ طاقت رکھی ہے کہ شاید کسی اور میں نہ ہو۔ چائے کی جگہ اسے ڈال کر چائے بنا کر پینے والا کبھی نامرد نہیں ہوتا۔ قوت باہ کیلئے اکسیر ٹونک ہے۔ علامہ مشرقی نے اس کی تعریف فرمائی اور یہ بھی فرمایا کہ نہ جانے اس میں اور کیا کیا قوتیں پنہاں ہیں جو انسان کیلئے یقینی طور پر مفید ہیں۔ مقوی باہ نسخہ: نمبر 1: نہایت ہی مقوی باہ دارچینی، کباب، چینی، حزل سوسہ، خراطین مصفی، تمام اشیاء کو کوٹ چھان کر سفوف بنالیں۔ سفوف کو کپسول میں بھر لیں صبح و شام ایک کپسول دودھ کے ہمراہ لیں۔ نسخہ نمبر 2: موصلی سفید انڈیا 30 گرام،

میں بھون لیں حسب ذائقہ چینی ملا کر اس میں سواف ایک پاؤ بڑی الائچی ایک پاؤ، چھوٹی الائچی ایک پاؤ، سب چیزیں باریک کر اس میں ملا کر محفوظ رکھیں۔ خوراک یہ ایک چمچ صبح و شام نیم گرم دودھ سے لیں۔ دماغی کمزوری، یادداشت، اعصابی کمزوری، عینک اتارنے، جسم کی بے طاقتی پنوں اور جسم کی کمزوری اور کچاؤ، کمر کے درد، جوڑوں کے درد مردانہ خاص کمزوری، عورتوں کے اندرونی امراض کیلئے انتہائی طاقتور اور کرمانی تھ ہے۔ یقین نہ آئے تو آزما کر دیکھ لیں (بقول حکیم اہل)

شادی کیلئے: اگر شادی کرنی ہو تو مندرجہ ذیل تعویذ لکھ کر محب کے بچے کے بچے چالیس روز تک رکھیں

3	وَلَمْ	يُولَدْ	وَلَمْ	يَكُنْ
5	هُوَ	اللَّهُ	أَحَدٌ	لَّهُ
7	يُولَدُ	وَلَمْ	يَكُنْ	لَهُ
1	قُلْ	هُوَ	اللَّهُ	أَحَدٌ
6	الضَّمَدُ	لَمْ	يَلِدْ	وَلَمْ
4	لَهُ	كُلُّوْا	أَحَدٌ	قُلْ
2	يَكُنْ	الضَّمَدُ	لَمْ	يَلِدْ
8		كُلُّوْا	أَحَدٌ	
الْخَاتَب				

مندرجہ بالا نقش کے اوپر باریک کاغذ رکھ کر خانے بنالیں اور کاغذ کو الگ کر کے اوپر پشچر اللہ الرحمن الرحیم لکھیں اور پھر خانہ پوری اس طرح کریں کہ پہلے وہ چار خانے ڈالیں۔ جس پر نمبر 1 ڈالا گیا ہے پھر نمبر 2 کی خانہ پر کریں۔ اس طرح ترتیب سے آٹھوں خانے لکھ ڈالیں۔ اس کے نتیجے میں (یعنی جو شادی کرنا چاہتا ہے) کا نام اور اس نام کے بعد اللہ لکھ کر محب (یعنی جس سے شادی کرنا مقصود ہو) کا نام لکھیں۔ پھر یہ تعویذ محب اپنے بچے کے بچے رکھے۔ اگر بہت جلدی اثر مقصود ہو تو دو پتھروں کے درمیان اس تعویذ کو دبا دیں۔ ہر پتھر کا وزن کم از کم دو سیر ہونی چاہیے۔ پتھر زیادہ وزنی ہو تو کوئی حرج نہیں لیکن دو سیر سے کم ہرگز نہ ہوں۔ ہر پتھر زمین پر رکھیں کسی چوکی یا تخت پر نہ رکھیں یہ عمل صرف جائز مقصد کیلئے کیا جائے تا جائز کام کیلئے نہ کریں ورنہ سخت نقصان ہوگا۔ شادی کیلئے رومانی عمل: سب کاموں سے قارن ہو کر رات کو سونے سے پہلے اول و آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف پڑھنے کے بعد سورۃ اخلاص اسٹالیں (41) بار پڑھیں۔ صرف شادی کیلئے دعا کریں، عمل کی مدت 90

پگھلی روکنے کیلئے: پگھلی کو روکنے کے لیے اجوائن دیسی کو آگ پر ڈال کر اس کا دھواں کسی گلی کے ذریعے ناک میں لیا جائے تو پگھلی فوراً بند ہو جاتی ہے۔

اجزاء ہموزن لے کر ہارک سفوف بنالیں۔ خوراک تین ماشیج و شام ہر اوودہ استعمال کریں۔

قوت باہ کے اضافہ کیلئے غذائیں

ہریرہ قوت باہ کیلئے بہت لاجواب چیز ہے۔ یہ کئے ہوئے گیہوں، گوشت، آجی اور مصالحہ ڈال کر پکایا جاتا ہے۔ (۲) حبس کھانے سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے۔ حبس تین چیزوں سے مل کر بنتا ہے کھجور، مکھن، ہیرا ہوا دی۔ بعض روایات میں حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے منقول ہے کہ حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو حبس بہت پسند تھا۔ (۳) مکھن اور شہد ملا کر کھانے سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے۔ (طب

رس ایک تولہ انڈے کی زردی ایک عدد، عمدہ دیسی گھی ایک تولہ، زعفران 3 رتی، (کھاب کے عرق ایک تولہ میں حل کر کے) سب چیزوں کو خوب اچھی طرح ملا کر آدھی چھٹانک باریک بسی ہوئی مصری شامل کر کے پی لیا جائے۔ دو ہفتہ بعد اس کا نصف وزن یا پورا نسخہ تیار کر کے شام کو بھی استعمال کیا جائے۔ فوائد: تقویت باہ، تولید منی، تولید خون، فریبی، تقویت جسم اور اعضائے رئیسہ کیلئے بہترین غذائی مفرج بھی ہے اور مقوی بھی، بدن کو کافی سرخ و سپید بنانے والا نسخہ ہے۔ جسم کو طاقتور اور سڈول بناتا ہے۔

امراض زنانہ کیلئے مفید نسخہ

اندام نہانی سے سفید رطوبت بہتی ہو، ہاضمہ بگڑ گیا ہو، چہرہ بے رونق ہو رہا ہو، پیٹ پھول گیا ہو، قبض اور درد سر کی شکایت رہتی ہو تو انکور کا رس ایک گچھ میج و شام استعمال کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ حاملہ عورت کو اگر روزانہ بلاناغہ انکور یا انکور کا رس دیا جائے تو اسے ششی، چکرہ، درد دانت، مروڑ، سوزش، اچھارہ اور قبض وغیرہ کی شکایت نہ ہوگی۔ پیٹ کا بچہ بھی تندرست اور مضبوط ہوگا۔ اگر کسی موسم میں انکور نہ لیں تو کشش استعمال کر سکتے ہیں۔ (کشش انکور کا سوکھا ہوا پھل ہے) گردہ مثانہ کے درد کو رفع کرنے کیلئے: چولائی کے پتے دو تولہ تھوڑے سے پانی میں جوش دیں پھر چھان کر تھوڑی سی چینی ملا کر پینے سے گردہ، مثانہ کی تکلیف رفع ہو جاتی ہے۔

گردہ اور مثانہ کی پتھری دور کرنے کیلئے: نرم پتے مولی کے جس قدر آپ کھا سکیں کھاتے رہیں اس عمل سے بیس دن میں پیشاب کے راستے پتھری خارج ہو جاتی ہے۔

گردہ مثانہ کی ریت اور کٹکھلے اسراری نسخہ: آم کے سبز پتے سایہ میں خشک کر کے سفوف بنالیں اور بقدر چھ ماشہ باسی پانی سے روزانہ ایک دفعہ استعمال کریں۔ پندرہ بیس روز میں ریت اور کٹکھلے رفع ہو جائے گی۔ پانچ مشف میں درد گردہ غائب: حوالہ ثانی: سفوف آدھ پاؤ، الاچی ہزار ایک تولہ، ست پودینہ ایک تولہ، پیپلہ دونوں دو اؤں کو کوٹ کر بیس بعد میں ست پودینہ ڈالیں۔ خوراک 4 گرام ہر او پانی استعمال کریں۔ یواسیر کے مریض کیلئے روحانی عمل: جب بھی کوئی نماز پڑھیں فرض ہو یا سنت، نفل پہلی رکعت میں سورۃ قریش اور دوسری رکعت میں سورۃ النصر پڑھیں۔ دشمنوں کیلئے اکیر مرہم: جل نہیں کر شہد میں ڈال کر مرہم بنالیں اور پھر اس مرہم کو زخم پر لگائیں زخم بہت جلد خشک ہو جائے گا۔ مغفہ ٹی کیلئے نسخہ: منی کو کاڑھا اور کافی مقدار میں پیدا کر کے قوت مردی کو بحال کرتی ہے۔ سنگھاڑا خشک، اسگندہ ناگوری، دونوں

عقرقر جا 30 گرام، مصری 50 گرام، تمام اجزاء کو کوٹ چھان کر سفوف بنالیں۔ 5 گرام میج و شام ہر اوودہ استعمال کریں۔ زبردست اثرات کا حامل ہے سادہ مگر لاجواب نسخہ ہے۔ نسخہ نمبر 3: دار چینی کو خوب اچھی طرح باریک تیس کر رکھ لیں، دو دو ماشیج و شام نیم گرم دوودہ کے ساتھ استعمال کریں۔ باہ کی تقویت اور دوودہ ہضم کرنے کیلئے بہترین اور سادہ نسخہ ہے۔ نسخہ نمبر 4: عمدہ گاجریں لے کر اوپر سے چھیل لیں اور اندر سے چھیل نکال دیں پھر انہیں کدو کھل کر لیں یہ کدو کھل شدہ گاجریں ایک سیر لے کر گائے کے ایک سیر دوودہ میں پکا میں جب اچھی طرح گل جائیں اور دوودہ خشک ہو جائے تو اتار کر رکھ دیں۔ کڑا ہنی میں دیسی گھی ڈیڑھ پاؤ ڈال کر آگ پر دم کریں اور گاجروں کا مادہ اس میں بریاں کریں۔ یہاں تک کہ اچھی طرح سرخ ہو جائیں اس میں آدھ سیر مصری ڈال کر اچھی طرح حل کریں اور ذیل کی اودہ یہ شامل کریں۔ مغز بادام شیریں 2 تولہ، مغز اخروٹ 2 تولہ، مغز چانورہ 2 تولہ، مغز نارمل 5 تولہ، مغز پستہ 2 تولہ، مغز خروجی 2 تولہ، ملوہ تیار ہے۔ فوائد: منی کو زیادہ کرتا ہے قوت باہ کو بڑھاتا ہے خوراک 5 تولہ سے 7 تولہ تک درق چاندی لپیٹ کر صبح کو کھلائیں۔

نسخہ نمبر 5: ایک عدد پختہ سیب لے کر چاقو سے چھیل کر اس میں جس قدر بھی لوگ آسکیں چھو دیں۔ ہفتہ بھر بعد لوگ مذکورہ نکال کر ششی میں رکھ چھوڑ دیں۔ روزانہ صبح کے وقت چار سے چھ لوگ تک نوش فرمایا کریں پھر دیکھیں کہ کس قدر قوت پیدا ہوتی ہے۔ یہ ایک آسان سا چٹک باہ کے تیز کرنے میں نہایت ہی لاجواب ثابت ہوا ہے۔ اگر کافی عرصہ تک اس کا استعمال جاری رکھا جائے تو کمزور سے کمزور آدمی کو بھی پورا جوان بنادیتا ہے۔ قدرتی ٹانگہ: روزانہ نہار منہ دو یا تین سیب کھا کر اوپر سے دوودہ پیا جائے تو دو ایک ماہ ہی میں صحت قابل رشک بن جاتی ہے۔ جلد کا رنگ نکھر آتا ہے چہرے پر سرخی کی لہر آ جاتی ہے، اعضائے رئیسہ کی تمام کمزوریاں دور ہو کر ان میں زندگی کی روح سرایت کرنے لگتی ہے۔ مختصر الفاظ میں یوں کہنا چاہیے کہ اس غذا سے وہ تمام فوائد حاصل ہو جاتے ہیں جن کا ذکر بڑی بڑی قیمتی دواؤں کے اشتہاروں میں تو پایا جاتا ہے مگر کسی دوا سے حاصل نہیں ہوتے۔ امراض مردانہ کیلئے لاجواب نسخہ: آم کا تازہ میٹھا پتلا رس پاؤ بھر، سفوف ستار چھ ماشہ، سفوف ثعلب چھ ماشہ، تازہ دوودہ دو چھٹانک، اورک کا رس 4 ماشہ، پیاز کا

میری تالیفات اور ان کی وضاحت

اب تک آنے والی میری جتنی بھی تالیفات ہیں ان کے حوالہ جات حقیقت سبب تالیف یہ سب قارئین تک پہنچانے کی ایک کوشش ہے میں ہر کتاب کا حوالہ دوں گا کہ کتاب کن حوالہ جات سے مل کر ایک کتاب بنی ہے۔ اگر میری کسی کتاب میں غلطی ہو اطلاع دیں شکر گزار ہوں گا۔ کتاب نمبر 23: ٹینشن کا راسخسی اور روحانی علاج: پریٹانی اس وقت آتی ہے جب ہم حالات عالم کو پریشان کرتے ہیں وہ حالات یہ ہیں کہ ہم اپنے آپ کو پریشان کرتے ہیں اور خود کو پریشان کرنا یہ ہے کہ جس مقصد کیلئے وجود انسانیت ہے وہ وقت اور ختم ہو چکا ہے۔ آج معاشرہ میں نفردوڑائیں تو ہر شخص ٹینشن اور ڈپریشن کا مریض نظر آتا ہے۔ حالات ماضیہ کو دیکھتے ہوئے میں نے ایک ایسی کتاب تالیف کرنے کا سوچا جس میں ٹینشن کا راسخسی علاج کے ساتھ ساتھ روحانی کامیاب علاج بھی ہو۔ جب سے یہ کتاب وجود میں آئی ہے تب سے آج تک اس کے لاجواب رزلٹ ٹیلی فون خط اور ای میل کے ذریعے مل رہے ہیں۔ اس کتاب کی تالیف میں جن محترم شخصیات و اولیاء کرام کی تحریروں و ملفوظات سے فائدہ اٹھایا گیا ان کے نام درج ذیل ہیں: حضرت مولانا بدیع الزمان صاحب، صوفی احمد دین چشتی صاحب، مفتی شیخ محمد صاحب، نائب مفتی محمود پال، حضرت شیخ الاسلام مدنی، مفتی اعظم مولانا مفتی ولی حسن صاحب، حکیم ناصر جان، حکیم افضال کریم، شری محمد اختر، سید عرفان احمد، میم، الف، حکیم ضیاء الرحمن، ڈاکٹر سید محمد عبداللہ، فرما شہزادی، حکیم سید عطاء الرحمن، عمر، ڈاکٹر ناصر سلطان، احمد یونس، شیخ عرفان محمود فتح جنگ، سید رشید الدین احمد، فنی کریم، سعید احمد برکاتی، شیخ عبدالحمید کاموئیکے، حضرت مولانا مفتی احمد نعمانی، شریف سبانی، میاں محمد اسلم، خالد محمود وارثی، مفت رسول اعمان، ڈاکٹر خالد محمود، جنود، ٹوٹ: اگر کوئی حوالہ غلطی سے دے جائے تو ضرور اطلاع دیں میں ہر مل اصلاح کا محتاج ہوں۔

39

ہمارے بڑوں نے طے کیا (باقی صفحہ نمبر 44 پر)

پڑوسی کا خیال: حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: "جو خدا اور محمد پر یقین رکھتا ہے اسے کہہ دو پڑوسی کا خیال رکھ لے اور اس کی حکیم کرے۔"

(علامہ لاہوتی پر اسرار)

جنات کا پسیدہ اشیٰ و ست

ایک ایسے شخص کی بچی اپنی بچی سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں سناں کے دن رات جنات کے ماتو گزرتے ہیں۔ قارئین کے اسرار پر کچے حیرت انگیز دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس بار اس دنیا کو کھینچنے والے علامہ لاہوتی پر اسرار

استاد فوقانی ثانی اور محدث جن کی عیادت: استاد فوقانی ثانی سے میری محبت بیچار اور دلچسپی بڑھ گئی مجھے احساس ہوا کہ ان کے اندر اللہ نے کوئی اور خصوصی صفات رکھی ہیں ویسے تو صفات ہر انسان اور جن میں ہوتی ہیں اور اولیاء نیک یا عام جنات میں بھی بہت زیادہ ہوتی ہیں میری سب سے پہلی ملاقات ان سے اس وقت ہوئی تھی جب میں اپنی جاتی سواری پر سفر کرتا ہوا ایک دور افتادہ پہاڑی غار میں ایک محدث جن کی عیادت کرنے جا رہا تھا مجھے عبدالسلام جن نے بتایا کہ وہ بہت بیمار ہیں اور مسلسل آپ کو یاد کرتے ہیں انہیں وصیوۃ و احادیث آخرت پہنچا کر بیٹھ گئے بہت خوش ہوئے میں نے ان کیلئے کچھ شفا کی تدابیر کیں جس کی وجہ سے انہیں اسی وقت فوری فائدہ ہوا اور دل کا اور جسم کا سکون میسر ہوا۔ بہت خوش ہوئے مجھ سے فرمانے لگے: میرا ایک شاگرد ہے میں اسے بلوانا چاہتا ہوں آپ اس سے ملاقات کر دو کہ نکات کے تہہ در تہہ سر بستہ رازوں کو بہت اچھی طرح جانتا ہے اور یہ تہہ در تہہ سر بستہ راز اللہ تعالیٰ نے اس پر بہت کھولے ہیں وہ کبھی ایک جگہ بیٹھا نہیں حتیٰ کہ اپنی شادی کے دن بھی وہ بیٹھا کسی باکمال سے ملاقات کر رہا تھا اور بیوی اس کا انتظار کر رہی تھی وہ ہمیشہ کھوجوں میں اور تلاشوں میں زندگی کے دن رات گزارتا ہے اس کا ہر پہل ہر سانس ہر لمحہ ہر لفظ نکات کے رازوں میں لگا رہتا ہے اس کی زندگی اس کی سانس اور اس کا وجود اتنا زیادہ قیمتی ہے کہ (وہ محدث تھنڈی سانس بھر کر کہنے لگے) اے کاش! میری زندگی کے باقی سال بھی اسے لگ جائیں۔ تھوڑی ہی دیر ہوئی وہ ہمارے پاس آگئے ایک اونچی اور رعب دار آواز میں سلام کیا اور بیٹھ گئے اور بیٹھتے ہی انہوں نے اس محدث استاد کے پاؤں اور کندھے دبانے شروع کر دیے۔ میری طرف انہوں نے کوئی بھی توجہ نہ دی میں ان کی خدمت میں بیٹھا رہا تھوڑی ہی دیر میں اس محدث نے میرا تعارف اس جن سے کر دیا کہنے لگے: اس کا نام فوقانی ہے (چونکہ میں پہلے بھی ایک فوقانی جن کے شاگرد سے مل چکا تھا اس لیے اپنے دل ہی دل میں اس کا نام فوقانی جاتی رکھ دیا)

پھر اس کے بعد اس محدث نے اس کا مزید تفصیلی تعارف کر دیا۔ فوقانی ثانی جن سے گفتگو اور نکات کے سر بستہ راز: تھوڑی ہی دیر میں وہ فوقانی ثانی جن میری طرف مائل ہوئے اور یوں سلسلہ گفتگو کا چلنا شروع ہو گیا۔ گفتگو میں کچھ ایسی باتیں سامنے آئیں جن کا تعلق نکات کے سر بستہ رازوں میں سے ہے مگر میں ان کا اظہار کروں تو عام مغل انسانی اور انسانی شعور احساس و ادراک اس کو کبھی سمجھ نہ پائیں لیکن آج کی نشست میں میں کچھ ایسی چیزیں اپنے قارئین کو بطور امانت پہنچانا چاہتا ہوں جس کا انہیں بہت قیمتی فائدہ اور ان کو یقینی نفع ہوگا۔ ایک تصبیح اور بے حساب مغفرت: پہلی چیز جو فوقانی ثانی جن نے بتائی وہ یہ تھی اگر کوئی بندہ یہ جانتا ہے کہ میرا خاتمہ ایمان پر ہو اور آخری وقت میں مگر نصیب ہو اللہ اور اس کے رسول ﷺ کا سچا قرب اور سچا ساتھ ملے قبر جنت بن جائے، محشر کا حساب کتاب سوال و جواب نہایت آسان ہو اور آخرت میں ہل صراط کا راستہ سہولت سے پار ہو جائے۔ نامہ اعمال قیامت کے دن اللہ بے حساب بخش دے جنت میں استقبال ہو فرشتوں کا ساتھ ہو عوروں کی قدر روائی نصیب ہو تو ایسا آدمی اگر روزانہ صرف ایک تصبیح یا تَقْوَاتُ اب کی کیفیت کے ساتھ پڑھے اور یہ صرف سوتے وقت پڑھتی ہے اول و آخرتین بار درود شریف اور کیفیت یہ ہو کہ یا اللہ! میں دنیا کا سب سے بڑا مجرم ہوں ساری دنیا کی بخشش ہو گئی، لیکن میری نہیں ہو سکتی ہاں تیری شان کریمی ہوگی تو ہو جائے گی اور میرے جرم ناقابل معافی ہیں لہذا اپنے اس صفاتی نام کی برکت سے مجھے بخشش کا سامان دے۔ بس یہ ایک تصبیح ہو لیکن ہوا ایسی جو جسم کے روئے روئے اور انگ انگ کو اللہ کی ذات کی طرف متوجہ کر دے۔

فوقانی ثانی جن کی بات نے مجھے حیران کر دیا اس فوقانی ثانی جن نے یہ کیا عجیب حیرت انگیز بات بتائی میں خود حیران ہو گیا میں لفظ تَقْوَاتُ اب کی طرف اگر دیکھتا ہوں تو سمجھ آتی ہے اور جب اس فوقانی ثانی جن کے لہجہ روئے اور سچے انداز کی طرف پھر بھی سمجھ آتی ہے اور بہت زیادہ آتی ہے۔ میں ان کی بات سن رہا تھا۔ عام سے مسلمان جن کا لا جواب خاتمہ

بالغیر: اسی دوران فوقانی ثانی نے ایک بات سنائی کہنے لگے: ہمارے جنات کی دنیا میں ایک شخص تھا کوئی بہت بڑا نیک متقی نہیں تھا بلکہ عام مسلمان تھا میں نے اس کے مرنے سے تقریباً بہت سال پہلے اسے بھی مل بتایا تھا کہ وہ شخص سوتے ہوئے وضو ہے یا نہیں ہے پاک ہے یا نہیں ہے ہر جگہ ہر حالت میں بس ایک تصبیح رات سوتے وقت اول و آخرتین بار درود شریف یا تَقْوَاتُ اب کی پڑھے۔ ابھی تھوڑا عرصہ پہلے وہ فوت ہوا تو مجھے اس کے گھر والوں نے بتایا کہ آخری لمحے میں کہنے لگا کہ قرآن لے آؤ قرآن سامنے لایا گیا تو وہ قرآن کو بہت خوش الحانی سے بہترین لہجے سے اور خوبصورت آواز سے پڑھنے لگ گیا حالانکہ وہ بالکل ان پڑھ تھا وہ قرآن نہیں پڑھ سکتا تھا لیکن اس وقت وہ بہترین انداز سے قرآن پڑھ رہا تھا اور قرآن پڑھتے جا رہا تھا حتیٰ کہ اسی نشست میں اس نے بہت خوبصورت انداز میں قرآن کا ڈیڑھ پارہ پڑھ لیا اور قرآن واپس کیا اور سب کو متوجہ کیا: لوگو! میں اپنے گناہوں سے معافی مانگتا ہوں اللہ کی تافرمانی سے معافی مانگتا ہوں جس کا دل دکھایا ان سب تک میرا پیغام پہنچا دینا میں معافی مانگتا ہوں اللہ پر ایمان فرشتوں پر ایمان اس کی کتابوں اس کے رسولوں پر ایمان لاتا ہوں آخرت کے دن پر ایمان لاتا ہوں خیر اور شر اللہ کی طرف سے ہے اس پر ایمان لاتا ہوں مرنے کے بعد کی زندگی ہے اس پر ایمان لاتا ہوں لوگوں میرے ایمان پر گواہ رہنا میری توبہ کے گواہ رہنا بس اس طرح کی خبر کی باتیں کرتا کھٹے کا درد کرتا کرتا وہ اس زندگی سے رخصت ہو کر آخرت کی ہمیشہ ہمیشہ کی زندگی پا گیا۔ یہ ایک موت نہیں: یہ ایک موت نہیں ایسی بے شمار اعلیٰ قسم کی کئی شاندار اموات میں نے اپنی زندگی میں پائی ہیں۔ فوقانی ثانی جن مزید کہنے لگے: درد بہت مختصر لیکن اس کا کمال بہت زیادہ ہے کیونکہ ہر شخص نے مرنا ہے وہ انسان ہو یا جن موت ایک حقیقت ہے اور جو موت کی حقیقت کو پا گیا وہ زندگی کی حقیقت کو پا گیا اور جو موت کو بھول گیا وہ زندگی کو بھی ہمیشہ کیلئے بھول گیا موت اصل ہے زندگی اصل نہیں اور آخری لمحے قیامت تک موت کا ذائقہ ہر ذی روح کو چکھنا ہے۔ قارئین! یہ تجربہ اور انوکھا مشاہدہ اس کے بعد میں نے بے شمار لوگوں کو بتانا شروع کر دیا اور بہت عرصہ دراز تک میں نے اس کو بتایا اور اب بھی بتا رہا ہوں۔ علامہ صاحب کا انوکھا خواب: ایک رات میں سویا ہوا تھا میں نے ایک خواب دیکھا اور وہ انوکھا خواب تھا۔ میرے پاس بہت سے لوگ تھے جن کے خوبصورت لباس خوبصورت چہرے اور خوبصورت جسم تھے وہ کوئی جتنی سواریوں پر سوار تھے۔ مجھے علم نہیں کہ وہ سواریاں کیا تھیں بس ایک

احساس ہو رہا تھا کہ تیز رفتار سواریاں ہیں جو لوگوں میں لاکھوں ٹیلوں کا سفر طے کر لیتی ہیں۔ دوسرے میری طرف دیکھ کر مسکرا رہے ان کی مسکراہٹ ایسی تھی کہ میں نے بھی مسکراتا شروع کر دیا وہ مجھے کہہ رہے تھے کہ ہم وہ لوگ ہیں جو میرے اس یاقوتِ اہلب کی وجہ سے آخرت میں سرخرو ہوئے جب اللہ کے سامنے حاضر ہوئے تو اللہ نے ہمارے اس اسم اور توبہ کی وجہ سے مغفرت کا پروانہ دیا، ہم سارے کے سارے آپ سے ملنے آئے ہیں اور یہ خوشخبری دینے آئے ہیں کہ آپ کی وجہ سے جتنے لوگوں کی بخشش ہوئی، وہ دن رات آپ کیلئے بہت زیادہ دعا میں کرتے ہیں کہ یا اللہ جو ہماری بخشش کا ذریعہ بنا، یا اللہ اس کی بخشش بھی کر دے اور اسے بھی معاف کر دے اور اسے بھی ہماری طرح اعلیٰ سے اعلیٰ بہتر سے بہتر جنتِ عطا فرما اور مزید بہتے بہتے مجھے انہوں نے ایک بات کہی کہ حضرت علامہ صاحب آپ اگر اس عمل کو پوری دنیا کیلئے پھیلا دیں تو بے شمار لوگوں کا فائدہ ہوگا کئی خطا کار اور گناہگار بخشنے جائیں گے اور کئی لوگ اللہ کا قرب پائیں گے اور اللہ کی محبت پائیں گے۔ مغفرت کی ”ماسٹر کی“ آپ کی خدمت میں: قارئین! جب میں اس خواب سے بیدار ہوا تو میرے دل میں آیا کہ اس عمل کو اور اس کیساتھ کچھ پھیلاتا چاہیے یہ ایک چالنی ہے بلکہ ماسٹر کی ہے مخلوق خدا کا آخرت اللہ کے ساتھ تعلق اللہ کے نبی ﷺ کے ساتھ تعلق اس سے بہتر اور کس طرح ہو سکتا ہے بس یہ جذبہ ہے جس نے مجھے فوقانی ثانی جن کے اس عمل کو

فکر کر رہے تھے کہ ہم سارے گھر والے کیسے نمازی بن جائیں قرآن پاک کی تلاوت روز کیسے کریں ہمارا دل اللہ اور اس کے رسول ﷺ سے کیسے جڑ جائے یہ فکر اور غم تھا جو انہیں بٹھائے بیٹھا تھا۔ فوقانی ثانی جن کو ملیں برکات: مجھے ان کے سچے جذبے نے ان کے قریب بیٹھنے کا مزہ دیا چونکہ میں جن تھا اور ان کے قریب بیٹھا تھا ان کو پتہ نہیں چل رہا تھا لیکن مجھے احساس ہوا کہ ان کے قریب بیٹھنے سے مجھے برکات ملیں۔ اچانک میرے دل میں خیال آیا کہ کیوں نہ ان لوگوں کو یاقوتِ اہلب کا عمل بتا دوں۔ میں ایک مسافر پردیسی کے روپ میں نمودار ہوا جو کہ یہاں سے گزر رہا تھا اور میں نے اپنی شکل انسانی بنائی اور میں انسانوں کے روپ میں ان کے سامنے جب پہنچا تو انہوں نے میرا استقبال کیا اور مجھے پردیسی مسافر سمجھ کر میری خاطر مدارت کی۔ فوقانی ثانی جن کا جو پہنچاؤ کیمنوں کھلے تھے: میں نے ان کی خاطر مدارت قبول کی اور جاتے جاتے میں نے انہیں کہا کہ آپ نے میری اتنی خدمت کی ہے میں چاہتا ہوں کہ آپ کو ایک تحفہ دے کر جاؤں اور پھر میں نے انہیں کہا کہ اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کا خاتمہ ایمان پر ہو قیامت کے دن اللہ کا سامنا ہو اور اللہ راضی ہو اور اللہ آپ کو دیکھ کر مسکرائے اور آپ کی مغفرت ہو تو صرف یہ کام کریں کہ یاقوتِ اہلب کی ایک صفحہ سوتے وقت پڑھنے کی مکمل ترکیب بتا دی وہ میری بات سن کر بہت خوش ہوئے ان کے گھر میں کوئی تحفہ یا ہدیہ نہیں تھا لیکن ان کی چاہت تھی کہ کسی طرح ہم اس پردیسی کو

گزارا تو دیکھا تو وہ پریشان اور ویران محض نہیں تھا۔ بجی سحائی جنت آنکھوں کے سامنے: مجھے حیرت ہوئی کہ وہ حیران و پریشان شخص آخر کہاں گیا؟ میں نے لوگوں سے پوچھا تو لوگ کہنے لگے وہ فوت ہو گیا۔ میں نے کہا اس کی موت کی حالت مجھے بتا سکتے ہیں اس کو کتنی بری یا اچھی موت آئی۔ کہنے لگے: ہاں ہم بتاتے ہیں وہ تین دن پہلے بالکل ٹھیک ہو گیا، ایسے تھا جیسے اس کو بیماری ہے ہی نہیں تین دن کے بعد جب آخری لمحہ اس کا پہنچا ہوا ”کیا“ نماز پڑھی نماز پڑھنے کے بعد اس نے دو نفل پڑھے دو نفل کے بعد مسلسل یاقوتِ اہلب پڑھتا رہا اور اللہ سے اپنے گناہوں کی رو رو کر اونچے اونچے بولوں میں معافی مانگتا رہا، اس نے سب کو بلایا کہ انھیں میں نے زندگی میں کوئی بڑے گناہ نہیں کیے اور کچھ زیادہ نیکیاں نہیں کیں۔ ایک تنگی ہے میرے پاس ایک درویش ملا تھا اس نے مجھے آخری وقت میں سوتے وقت یاقوتِ اہلب کی صفحہ بتائی تھی آج جنت سچی میری آنکھوں کے سامنے ہے اس کے حسین مناظر اور اس کے کمالات اس کی خوشبو میں اس میں فرشتے، غلام، خوریں اللہ نے سب پڑے مجھ سے ہٹا دیے ہیں اور میں اپنی آنکھوں سے دیکھ رہا ہوں قبر میں مجھے پچھو، سانپ اور اندھیرا نظر نہیں آ رہا ہے، لوگو! قبر میں مجھے پچھو، حور نورانیت اور نور نظر آ رہا ہے۔ لوگو! تم بھی کبھی اس یاقوتِ اہلب کو نہ بھولا جو مجھی پڑھتا ہے اسے حیرت انگیز طور پر آخرت کی بہتری ملتی ہے اور دنیا میں بھی اس کے بہت فوائد ملتے ہیں۔ (جاری ہے)

حضرت علامہ لاہوتی نے موقی مسجد کو اہل اور عبادت کیلئے متعارف کرایا کہ دھوکہ اور فریب کیلئے۔ مرد عورتیں وہاں خود کو گولہ گولہ ڈوڑوں ہاتھوں لوٹ رہے ہیں۔ براہ کرم! ان لوگوں کے فریب سے بچیں۔ اگر ایسا کوئی فریبی تو ادارہ کو خط یا درج ذیل نمبر پر صرف متوجہ کر کے اطلاع ضروری ہیں بلکہ اہل اعلان کو لوگوں میں عام کر میں تاکہ کوئی دھوکہ نہ کھائے۔ نیز وہاں آقا رحمہ اللہ کے آئین کی خلاف ورزی نہ کریں۔
0343-8710009
 مزید دوران درس تسبیح غانداں جہور میں محض خواتین خود کو حضرت حکیم صاحب وامت پر کجنامہ کی شہادت و گواہی کرتی ہیں ایسا برا کرم نہیں ہے۔

اس سے بھی زیادہ پراسرار واقعات اور الجواب و مخالف اور سابقہ

42 اقبال بڑھنے کیلئے "جنات کا پیدائشی دوست" کتاب بڑھیں

حمل کی حفاظت کا عمل: اگر کسی عورت کو حمل ضائع ہونے کا خطر ہو تو اسے پائیز قینٹ کو گیارہ ہزار مرتبہ پڑھ کر بزرگ الہی دم کر کے دے دیں اور وہ الہی اے کھلا دیں۔ سات دن تک یہی عمل کریں۔

آپ کا سوال۔۔۔ حضرت علامہ لاہوتی کا جواب

1۔ جو وظیفہ آپ کو دیا جائے صرف اسی پر یقین کریں اپنی مرضی سے وظائف تبدیل نہ کریں۔ 2۔ وظیفے کے دوران اگر مسئلہ مزید بڑھ جائے تو گھبرا کر وظیفہ نہ چھوڑیں بلکہ مزید توجہ کیسوی اور یقین کے ساتھ عمل جاری رکھیں۔ وظیفے کے دوران اگر کتابت بے یقینی وغیرہ اس بات کی علامت ہے کہ وظیفہ اپنا کام کر رہا ہے۔ 3۔ جو وظیفہ دیا گیا ہے اسے پابندی اور توجہ سے پڑھیں۔ بے یقینی وظیفہ کی تاثیر کو ختم کر دیتی ہے۔ 4۔ مستقل پڑھیں جلدی نہ کریں۔ 5۔ تمام گھر والے پڑھیں ورنہ جتنے زیادہ افراد ممکن ہو پڑھیں۔ 6۔ بعض جادو جنات بندشیں اثرات مسائل اور مشکلات خاندانی ہوتی ہیں۔ ان کے ختم ہونے میں کچھ وقت لگ جاتا ہے۔ 7۔ عمل شروع کرنے کے چالیس یا نوے دن بعد دوبارہ پوچھنے کے ہمراہ اپنی کیفیات لکھیں۔ 8۔ اگر آپ کو علامہ صاحب نے پہلے وظیفہ دیا ہو اسے اور دوبارہ خط لکھنے کے بعد آپ کو وظیفہ مل جاتا ہے تو پہلے وظیفہ سے اگر آپ کو فائدہ پہنچ رہا ہے تو علامہ صاحب سے اجازت کے بعد پہلے وظیفہ کے ساتھ دوسرا وظیفہ بھی جاری رکھیں۔

سمعیہ صدف قاکہ آباد، نذیر احمد بہاولپور، ہما عامر کوئٹہ، حمیرا نازنی کراچی، محمد ارسلان عطاری گوجرانوالہ، زبیدہ بی بی چنڈ، شاہ الرحمٰن چنڈ، سلیم شہزادی گجرات شادیوال، عائشہ سلطانہ پیکوال، سیدہ جویریہ رحیم یارخان، رجاہ وسیم کراچی، نصرت عرف شن شاہ فیصل آباد، مرثیہ محمود کھروڑ لعل عین، عابدہ بیگم مٹان، نورین محمود کھروڑ لعل عین، انوار یوسف چنیوٹ، صدیقہ بانو کراچی، خورشید بیگم مٹان، تنزیلہ نوشین لاہور، اسماء سلیم لاہور، امجد سلیم بڈالی، سعدیہ شہادت فیروز ڈوٹاں، صبا اقبال ہارون آباد، رضیہ بیگم فیصل آباد، غزالہ ارشد اوکاڑہ، زید حیات بہاولنگر، مریم شاہین بندرہ، قاری عبدالملک خان ساہیوال، تسلیم حیدر پورے والا، جاوید اختر کراچی، زریہ اعظم اسلام آباد، سجاد فیصل آباد، سفیان فیصل آباد، گلہت سلطانہ فیصل آباد، مہوش کراچی، شاہ مصطفیٰ مٹان، غزالہ خان کراچی، گلناز فیصل آباد، عنایت الرحمن شانگلہ، محمد اسلم حاصل پور، زویہ سلیم لاہور، مبشر حسین ڈوگہ یوگہ، رفعت الماس لیہ، محمد ندیم شیخوپورہ، راحیلہ عارف ڈیرہ غازیخان، شمیمہ ڈگری، فاطمہ کراچی، فوزیہ ندیم کراچی، حسن اعجاز ہری پور، مبشر شریف گجرات، شمیم کوٹہ لالہ موہی، محمد عمر پشاور، طوٹی، ف۔ کراچی، مسرت حسین پیکوال، درخشاں لاہور، احتشام الدین لاڈکانہ، حراخاد خان مٹان، محمد صدیق سکھہ معرال خوشاب، سمیرا ارشد راولپنڈی، جمیل احمد نواب شاہ، محمد زبیر سلیم کڈ کھوٹ، محمد عدیل سرگودھا، نزہت مسعود لاہور، عائشہ وسیم لاہور، محمد طاہر ڈیرہ اسماعیل خان، شازیہ کراچی، راحیلہ منظور گوجرہ، محبتین کراچی، ارم ارشد ساہیوال، قضا کل علی جلالپور پٹیاں، شمیمہ انجم مبشر اقبال منڈی بہاؤ الدین، آمنہ اختر جلالپور پٹیاں، سلیم داد خان بنوں، محمود احمد فیصل آباد، شہباز حسین گڑھ فتح شاہ، محمد یار کاموگی، قانزوہ فاطمہ علی کراچی، فردوس پروین راولپنڈی، فرح ناز لاہور، روینہ ناصر لاہور، شہناز فردوس منڈی بہاؤ الدین، گلگتہ جبین لاہور، مہک حویز

راولپنڈی، بیوہ سعیدہ اختر پشین، فتح بیگم کراچی، محمد زبیر سیال شہر سلطان، توصیف قیوم راولا کوٹ، سعید احمد رحیم یارخان، غزالہ جبین راولپنڈی، بہا خالد سیالکوٹ، زویہ شاہد جنگ، روینہ ساجد لاہور، ندا عبدالوحید ڈیرہ غازیخان، فریدہ یاسمین کراچی، صبا کاشف لاہور، شمیمہ غلام مصطفیٰ لاہور، محمد آصف عبدالواحد سکھر، رخسانہ بی بی جام پور، نبیلہ نواز سہیلوال، ملک اسد عباس سرگودھا، رضیہ بی بی ڈیرہ اسماعیل خان، عمران پشاور، سعدیہ ستار سیالکوٹ، سعدیہ مٹان، عیدالوہاب سوات، بازیز خان انک، محمد شمیم گاؤں غب، عبدالغفور بادشاہان، منصور احمد کلر سیال، ماہ رخ زیب مانسہرہ، بی بی صائمہ مانسہرہ، سمیرا تبسم سمندری، طوٹی خان ڈیرہ غازیخان، عبداللہ چوہدری سیالکوٹ، نعمان علی انک، محمد حذیفہ رحمان جھنگ، کرن فاطمہ لاہور، فردوس گل ایت آباد، کامران فتح، حیدر آباد، ذوالقرنین حیدر کامرہ انک، بی بی عابدہ چمن، غلام ربانی راولپنڈی، مایتاب علی جہانیاں، گلگتہ شریف لاہور، کلید بی بی گوجرانوالہ۔

آپ تمام درج ذیل وظیفہ پڑھیں۔

اِذَا الشَّمْسُ كُوِّرَتْ ۝ وَاِذَا النُّجُومُ اَنكَدَرَتْ ۝ وَاِذَا الْاَنبِیَالُ سُيِّرَتْ ۝ وَاِذَا الْعِشَارُ عُطِّلَتْ ۝ (الحکویر 41) یہ آیات طاق اعداد میں پڑھ سکتے ہیں تین دفعہ سات دفعہ گیارہ دفعہ جتنا زیادہ پڑھیں گے اتنا زیادہ فائدہ ہوگا۔ چند دن چند دفعے اور چند مہینے ضرور پڑھیں۔

عبدالقدوس فتح کراچی، سید فیصل احمد کراچی، احسن خان کراچی، رخسانہ پروین لاہور، حافظہ محمد فاروق انور لاہور، نصرت یاسمین لاہور، عبدالحمید پشاور، دادو، محمد طاہر ڈیرہ اسماعیل خان، ریاست محمود انک، محمد یونس شہزاد لاہور، شہناز شاہین مظفر گڑھ، ماریہ مقبول لاہور، محمد اشفاق سمندری، زاہدہ سلطانہ پنڈی بھٹیاں، حراشیر فیصل آباد، صائمہ ناز اوکاڑہ، شامینہ مانسہرہ، محمد عمران جنگ، احمد خان محمد خان فیصل آباد، عرفان وزیر گوجرانوالہ، نقو علی پشاور، ن ہم ہز



حقے اسلام: جن لوگوں کو کھانا کھاتے ہی الٹی آجاتی ہو تو انہیں نوک بھی ہوئی لوگ دن میں چار مرتبہ مسواک پانی چار بار رتی تھوٹے سے فائدہ ہوتا ہے۔

داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (رحمت)

حضرت مولانا دامت برکاتہم العالیہ عالم اسلام کے عظیم داعی ہیں جن کے ہاتھ پر تقریباً 55 لاکھ سے زائد افراد پر اسلام قبول کر چکے ہیں۔ ان کی نامور شہرہ آفاق کتاب "نیم ہدایت کے جلوے" پڑھنے کے قابل ہے۔

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبہ سے علاج

مراقبہ کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ بزرگوں کی تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبہ سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر با وضو اور پاک سوچیں تو سب سے بہتر درت کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بہتر پڑھ کر یا تعداد اَلْعَظَمَةِ اللہ دروگر میں اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا ابھرنے کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ "آسمان سے سنبھلے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا ابھرنے کو حل کر رہی ہے اور اس وحیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا اگلی ہوں" یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آنکھیں کھلیں ہوں گی لیکن بعد میں آپ پر جب اس کے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔ مراقبہ کے بعد اپنی کیفیات نوامد اور انوکھے تجربات میں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبہ سے فیض پانے والے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میں عرصہ سات سال عبقری رسالہ پڑھ رہا ہوں۔ اس میں مجھے جو سب سے زیادہ پسند ہے وہ "مراقبہ" ہے۔ میں پچھلے پندرہ سال سے مسلسل مراقبہ کر رہا ہوں جب سے عبقری میں سے دیکھ کر مراقبہ کرنا شروع کیا تو انوکھی انوکھی دنیا کی سیر کی بڑے بڑے بزرگوں کی زیارتیں کیں۔ جہول میں چاہتا ہوں اللہ وہ مراقبہ میں دکھا دیتا ہے۔ کچھ عرصہ پہلے میں نے اللہ سے دعا کی کہ یا اللہ! مجھے جنت کے مناظر دوران مراقبہ دکھا چند دن مراقبہ کے بعد میں ایک دن مراقبہ کرنے بیٹھا تو مجھے محسوس ہوا کہ جیسے کچھ لوگ آئے ہیں اور مجھے اٹھا کر آسمان کی طرف روانہ ہو گئے ہیں۔ چند لمحات کے بعد میں ایک نہایت خوبصورت وادی میں ہوں جہاں طرح طرح کے میوے لگے ہوئے ہیں وہاں کے لوگ بہت ہی زیادہ خوبصورت ہیں انتہائی خوبصورت اور شفاف ندیاں ہیں نا معلوم مجھے کتنی دیر وہ لوگ اس خوبصورت وادی جیسے میں جنت کا نام دوں تو بے جا نہ ہوگا میں نے کر گھوٹے رہے اور (باقی صفحہ نمبر 48 پر)

امت کی چودہ سو سالہ تاریخ گواہ ہے کہ جس دور اور جس عہد اور جس علاقہ میں کسی شخص نے انسانیت کی خیر خواہی اور اس کو باطل کے اندھیروں سے نکال کر

اور دین حق کی روشنی میں لانے کی آواز لگائی اس دور میں اور اس عہد میں اس مقام پر ان شخصیات کو عزت و محبوبیت کی دولت سے مالا مال کیا گیا عزت و سربلندی اور وقار نے ان کے قدم چومے مایوسی نامرادی آس و مراد میں بدلی و حکومت و مغلوبیت کے غار سے نکل کر حاکمیت اور غلبہ کی سربلندی پر چڑھنا نصیب ہوا اور جس دور اور جس مقام پر ملت کے افراد نے اپنے فرض منصبی سے بھرمانہ غفلت کا ارتکاب کیا دین حق کی اشاعت اور اس کا حق رسالت ادا کرنے کے بجائے کتمان حق کے مرتکب ہوئے ذلت و خواری ان مقدورینی اور دنیا کے سامنے ان کو ذلیل و خوار ہو کر رہنا پڑا امام مالک کا مشہور ارشاد ہے کہ اس امت کے بعد والے اسی راہ پر چل کر فلاح یاب ہو سکتے ہیں جس راہ پر چل کر انھوں نے فلاح و کامیابی حاصل کی۔

و فلاح و کامیابی کی راہ اپنے نبی ﷺ کی اتباع میں قلی ھذا سبیل اذعو الی اللہ علی بصیرۃ انا ومن اتبعنی۔ آپ کہہ دیجئے کہ میرا راستہ ہے میں اللہ کی طرف بلاتا ہوں بصیرت کے ساتھ میں جس میں اور میرے متبعین بھی اپنی اصل راہ اپنا طریق اپنی شاخت اور پہچان بناتا ہے۔ کاش امت اس گر کو اپنا کراہتی ذبوں حالی اور ذلت کا علاج بتوں کو دھونے کے بجائے درخت کی جڑوں کو سنبھلنے سے کرے۔

آخری سٹیج پر پہنچا کینسر بالکل ٹھیک

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! میرے پاس ایک عمل ہے جو کہ کینسر کیلئے بہت ہی آزمودہ و لا جواب ہے۔ اللہ نہ کرے کسی کو کینسر ہو اگر کسی کو یہ نامراد بیماری لگ جائے چاہے وہ آخری سٹیج پر کیوں نہ پہنچ جائے۔ اگر اللہ نے زندگی رکھی ہے تو چالیس دن میں ضرور مکمل شفا یاب ہو گا۔ عمل یہ ہے: اول و آخر گیارہ بار درود ابراہیمی اور درمیان میں ایک بار سورۃ مریم پڑھ کر پانی پر دم کریں اور وہی پانی سارا دن مریض کو پلائیں۔ چالیس دن تک ایک بھی ٹافہ نہ ہو۔ انشاء اللہ اگر اللہ رب العزت نے چاہا تو ضرور بالضرور شفا نصیب ہوگی۔ (ج و ش)

دعوت خیر کی برکات

انہوں نے فون ملا کر میری طرف بڑھایا کہ بریرہ آپ سے بات کرنے کیلئے دروری ہے کئی روز سے مجھے پریشان کر رکھا ہے کہ آپ حضرت سے فون پر بات نہیں کراتے ذرا اس بچی سے بات کر لیجئے۔ میں نے بات کی اس بچی سے جس کی ابھی عمر چار سال بھی نہیں ہوگی۔ بڑی معصوم آواز میں سلام کر کے خیریت معلوم کی اور بولی حضرت ہمارے لیے دو دعائیں کر دیجئے میں نے کہا ہاں بتاؤ: میں اپنی بیٹی کیلئے کون سی دعا کروں؟ وہ بولی ایک تو یہ دعا کر دیجئے کہ عید جلدی آجائے کیونکہ آپ ہمارے گھر عید کے روز ہی آتے ہیں میرا دل آپ سے ملنے کو بہت چاہ رہا ہے عید جلدی آجائے گی تو آپ جلدی آجائیں گے۔ دوسری دعا یہ کر دیجئے کہ اللہ تعالیٰ مجھے دین کی بچی داغی بنادے اور میرے بھائی تاج کو اور ہماری سب بہنوں کو بھی دین کا داغی بنادے اس حقیر کی طبیعت بھی کچھ سست چل رہی تھی اور کچھ بے لقم مصروفیات میں حدود و تنگن ہو رہی تھی اس شخص ہی بچی کی ایسی با مقصد اور شخصی باتوں نے دل و دماغ کو ترو تارہ کر دیا وہ بچی ہمارے رفیق فریاد سید محمود الحسن کی چھوٹی بچی ہے جن کا بانی ندوہ حضرت مولانا سید محمد علی مونگیری رحمۃ اللہ علیہ (جن کا اصل وطن کھٹکی سے متصل علی الدین پور ہے) کے خانوادہ سے تعلق ہے یہ بستی دین اور اہل دین خصوصاً علم سے ایسی دور ہو گئی ہے کہ چند اشخاص کو چھوڑ کر یہ اندازہ و گمان مشکل ہے کہ اس بستی کو ایسی ایسی اہل ہستیوں کے وطن ہونے کا شرف حاصل ہے۔ یہ حقیر راج تک اپنے رب کریم کا شکر ادا کر رہا ہے کہ دعوت کو ہمارا فرض منصبی بنا کر اللہ تعالیٰ نے ہر یکہ کیلئے شاہ کلید ہمیں عطا کر دی ہے اس فرض منصبی سے غفلت کے جرم کا یہ تکلف اعتراف اور اس کا یہ قصص شور اللہ تعالیٰ نے اپنے فضل سے ہم نااہلوں سے کر دیا ہے، اس کے صدقہ میں بے شعور بچے اور کم سن بچیاں دعوت کے جذبہ کی طلب سے سرشار نظر آتی ہیں اور دعوت اور اس کے مقام کی مقبولیت اور محبوبیت ہے کہ اس شور کے صدقہ میں معصوم بچیاں عید جلدی آنے کی دعائیں کراتی ہیں کہ دعوت کی آواز لگانے والے سے عید کے دن ان کو ملنا نصیب ہو جائے۔

اضافہ ذوق و رزق میں کشائش کیلئے اسے پانچ ہزار مرہہ عشاء کی نماز کے بعد پڑھنا بہت ہی مؤثر ہے اور اس وقت تک جاری رکھے جب تک کہ حسبِ مشاء ضرورت کے مطابق اضافہ نہ ہو جائے اِنَّ اللہَ وَابِیْعُ الرِّزْقِ

موٹاپا اور معدہ کے پرانے مریض متوجہ ہوں!

عمر کوئی زیادہ نہیں تھی لیکن ستر سال کے نظر آتے تھے بقول کہ ہر وقت منفی سوچیں خود کشی کے خیالات ذہنی اعصابی کھچاؤ تھا جس نے مجھے مریض بنادیا جسم پر ہلکی ہلکی ورم اور صبح سو کر اٹھتے تھے تو چہرہ اور آنکھیں سو جھی ہوئی ہوتی تھیں منہ سے بدبو آتی

قارئین! آپ کیلئے قیمتی مضمون چنی کر لاتا ہوں اور چھپاتا ہوں! آپ بھی ملتی ہیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود ہندوئی چٹائی)

جی چاہے ہلکی تنگ مریض مریض یا کالی مریض اس پر چھڑک سکتے ہیں۔ چاہیں تو صرف امرو دکھا لیں چاہے ایک وقت میں ایک کلو دو کلو اس سے بھی زیادہ جی بھر کر کھا لیں۔ کھا لیں تو ایسا امرو دکھا لیں جو کھانے کے قریب ہو یعنی نہایت نرم سے نرم تر ہو سخت اور کچا پرگز نہ ہو۔ امرو دکھا لیں اور ڈٹ کر کھا لیں تو پکلی چیز امرو۔ دوسری چیز: چھان بورے والی روٹی اور تیسری چیز: دو چھ شہد۔ تازہ پانی میں گھول کر دن میں تین بار پیئیں۔ قارئین! یہ تین چیزیں میں نے انہیں بتائیں اور تاکید کی کہ تین ماہ زیادہ نہیں دو دو ماہ اور نہ ایک ماہ تو ڈٹ کر ضرور کریں پھر مجھے ملیں۔ جی چاہے دو ماہ بھی چھوڑ دیں بہتر یہی ہے کہ آہستہ آہستہ چھوڑیں۔ انہوں نے دو ماہ کا تقاضا کیا میں نے انہیں دو ماہ دئی اور ان کو منت کر کے روانہ کر دیا۔

کچھ عرصہ کے بعد میرے پاس آئے موصوف بہت خوش تھے اور ان کی آدھے سے زیادہ گولیاں اور دو ماہیں ختم ہو چکی تھیں۔ کہنے لگے میں نے بہت علاج کرایا مجھے یاد ہے میں ایک دفعہ یوزی لینڈ گیا وہاں ایک بہت بڑا فزیشن تھا جس کی بھاری فیس میں نے ادا کی اسے اپنا چیک اپ کرایا وہ کہنے لگے آپ سب کچھ چھوڑ دیں اور صرف پھل کھا لیں اور انہوں نے مجھے پھلوں کی ایک قاعدہ لسٹ دی اور اس کی تاکید کی۔ انہوں نے مجھے اچھا خاصہ وقت دیا میں ہوں ہاں کرتا رہا بہر حال آکر وہ سب کا فائدہ دے دیے اور اپنا وقت ضائع ہونے پر غصہ آیا۔ مجھے اب جا کر احساس ہوا کہ وہ نیوزی لینڈ کے ڈاکٹر صحت مند بات کہہ چکے تھے اور میں غلط تھا وہ درست بھی تھے اور ان کا مشورہ حتمی درست بھی تھا۔ مجھے اس لسٹ میں آج تک امرو دیا ہے اور چھان بورے کی روٹی بھی یاد ہے جو انہوں نے کہی کہ اگر آپ کا زیادہ بھی دل چاہے تو یہ تھوڑی سی کھا سکتے ہیں روت زیادہ آپ پھل کھا لیں۔ پہلے پہل میں نے جب امرو کے ساتھ روٹی کھائی تو سب مجھ سے مذاق کرنے لگے اور میں خود بھی اسے مذاق سمجھ رہا تھا پر آپ کا مجھے کسی نے بتایا تھا اور میں نے آپ کی بات اس دفعہ ماننے کا پورا فیصلہ کر لیا تھا اور آپ کی بات مان کر مجھے احساس ہوا کہ میں کن رنگ برنگی غذاؤں اور فائبر سے ریٹورٹ میں پھنسا رہا۔ وراصل میرے ساتھ زیادتی ہاتھ سے شروع ہوئی جب میں نے ہاتھ کے لہذہ سالہ دار کھانوں سے دل بہلایا اور

ایک صاحب میرے پاس علاج کی غرض سے بہت دور سے آئے ایک فقرہ کھا لیں تو طبیعت ہمیشہ بوجھل بوجھل چائے کا گھونٹ پی لیں تو طبیعت دودھ بنیں تو معدہ پھول جائے۔ اعصاب ٹھکے ہوئے مزاج میں غصہ اور چڑچڑاہٹ طبیعت میں ہر وقت اکٹا ہٹا ہے زاری گھبراہٹ ہے جھنجھکیا پیٹ پھول چکا چند قدم چلیں سانس پھول جاتا تھا جوڑوں اور گھٹنوں کیلئے رنگ برنگی نامعلوم کتنی گولیاں کھاتے تھے اعصاب کمر ہر وقت دیواتے رہتے ازدواجی زندگی بہت کمزور سے کمزور در در اور طبیعت میں ہر وقت گرانی اور بے چینی ذہنی تھکاؤ اعصابی کھچاؤ جس کو وہ ہر وقت فیشن اور ڈپریشن کہتے رہتے تھے۔ کئی ڈاکٹروں سے اور ماہر نفسیات سے علاج بھی کرا چکا لیکن طبیعت میں ابھی تک وہی بے چینی اور وہی بے زاری۔ مصروف تاجر تھے اندرون بیرون ملک کاروباری سفر کرتے رہتے تھے ان کے پاس ایک چھوٹا بیگ تھا جو رنگ برنگی گولیوں کچھول دواؤں انسولین کے انجکشن سے اکثر بھرا رہتا تھا۔ عمر کوئی زیادہ نہیں تھی لیکن ستر سال کے نظر آتے تھے بقول ان کے کہ ہر وقت منفی سوچیں خود کشی کے خیالات ذہنی اعصابی کھچاؤ تھا جس نے مجھے مریض بنادیا جسم پر ہلکی ہلکی ورم اور صبح سو کر اٹھتے تھے تو چہرہ اور آنکھیں سو جھی ہوئی ہوتی تھیں۔ منہ سے بدبو آتی حالانکہ بقول ان کے دودھ تو ہر حال میں برش کرتا ہوں تھوڑی سی بات سن لیں دل دھڑکتا تھا ہر وقت انہما خوف انہمائی فکر اور انہمائی سوچیں ان کو پریشان کیے رکھتی تھیں۔ یہ کچھ مختصری کیفیات میں نے ان کی بتائیں حالانکہ وہ تو خود بیمار یوں کا مجموعہ تھے اور بیمار یاں شاید ان کو نہیں چھوڑتیں تھیں اور یہ جو کچھ میں نے لکھا ہے اس ساری کیفیت میں ان کے آنسو بھی شامل تھے جس کو میرے لٹو جو میں انہیں بار بار دے رہا تھا ان کا ساتھی بنے ہوئے تھے۔ میں نے انہیں تین پرہیز بتائے تین غذا لیں بتائیں اور تین مہینے بتائے۔ پہلا پرہیز: بیکری اور بیکری سے ملنے والی تمام چیزیں۔ دوسرا پرہیز: سفید آٹے کی بنی ہوئی تمام چیزیں اور تیسرا پرہیز: ہر قسم کا گوشت اور جو تین چیزیں استعمال کرنے کیلئے دیں مونے آٹے کی روٹی امرو کے ساتھ کھا لیں یعنی امرو بطور سائل

مجھے ہاتھ میں ملتا ہی وہی تھا باہر جاتا تو بھی وہی کھانے اور انہی ڈانکوں سے بھرے اور اٹے کھانے بس ان کھانوں کا ایسا چکا پڑا کہ ان کھانوں نے مجھے اور کسی چیز کا نہ چھوڑا حتیٰ کہ میں ان ڈانکوں کی وجہ سے اپنی زندگی کا حقیقی مزہ چھوڑ بیٹھا۔ اب مجھے پتہ چلا کہ زندگی کی حقیقی لذت ہوتی ہی کیا ہے۔ اسے کاش! میں آپ کے پاس پہلے آجاتا پھلوں سے اور امرو سے دوستی لگا لیتا۔ قارئین! یہ ایک واقعہ ہے جس نے آپ کے اندر واقعی خود احساس پیدا کیا ہوگا میرے پاس یہ ایک واقعہ نہیں ہے بیسیوں واقعات ہیں ایک شخص بوا سیری پرانی مرض میں مبتلا تھا میں نے بس صرف ایک بات کہی یا اپنی مائیں یا میری مائیں اگر میری مائیں ہے تو صرف اور صرف یہی تین غذا لیں تین پرہیز اور تین مہینے۔ قارئین! اس مریض نے تو صرف ایک مہینہ یہ کیا اور ایک مہینہ میں آدھی بلکہ آدھی سے زیادہ دوا لیں بھی ختم ستر فیصد سے زیادہ صحت یاب اور کہنے لگا کہ مجھے زندگی کا چھٹن مسکھ سکھن اور راحت ابھی نصیب ہوئی ہے۔ ایک انوکھی بات کہوں کیا آپ کو یقین آئے گا؟ آپ کسی بھی بیماری میں مبتلا ہیں وہ مرض آپ کو ڈاکٹر نے بتائی ہے یا آپ خود اس کا احساس رکھتے ہیں وہ لا علاج ہے اور آپ بالکل مایوس ہو چکے ہیں صرف یہی تین علاج اور تین پرہیز سختی سے کریں اور تین مہینے کریں۔ اکٹا نہیں گھبرانا نہیں اور تھوڑی سی محنت سے جی جاتا نہیں۔ بس میری مان کر دیکھیں مریض کسی قسم کا ہوا اور مرض کسی قسم کی ہو بس یہ تین آپ کے ساتھی ہیں اور ان تینوں کو اپنا ساتھی بنا لیں۔ ایک سوال پیدا ہوتا ہے کہ جن دنوں میں امرو نہیں ملتا ان دنوں میں ہم کیا کریں؟ کھڑے کھڑے کہے کہ فرنگ میں برف بنائیں یا اس کو خشک کر کے چینی ڈال کر اس کو پکا لیں گا وہی کھیر کی طرح بن جائے اس کو فرنگ میں محفوظ رکھیں اور بھی کوئی طریقہ آپ کر لیں بہر حال امرو سے دوستی ان چھنے آئے سے دوستی شہد سے دوستی۔ آئیں! ان سے دوستی لگا کر دیکھیں۔

امتحان میں آسان پڑچوں کیلئے

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! آپ نے اس رسالے کی مدد سے انسانیت کیلئے بہت سی خدمات سرانجام دیں میں آپ کی ان خدمات سے بہت خوش ہوں ہر ماہ عبقری پڑھتا ہوں عبقری واقعی لا جواب ہے۔ ایک آسان عمل جیٹ خدمت ہے۔ ہر پرے کے دن کروا امتحان میں جانے سے پہلے یہ آیت صرف سات مرتبہ پڑھیں۔

حَسْبُكَ اللّٰهُ هُوَ الَّذِي اَيَّدَكَ بِتَصَدَّقَةٍ
وَقَالَ الْمُؤْمِنُونَ (الانفال ۶۲) (محمد طاہر انصاری)

دوسروں کیلئے عبرت: عقل مند وہ ہے جو دوسروں سے عبرت حاصل کر لے نہ یہ کہ دوسروں کیلئے عبرت کا باعث بنے۔ (حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہ)

عبقری روحانی اجتماع کے حسین مناظر

اجتماع میں شرکت کیلئے آئے خوش نصیبوں کو تسبیح خانہ میں نہایت خوبصورت خواب آئے جس کا اظہار انہوں نے دوران اجتماع لوگوں سے کیا۔ بہت سے ایسے خوش نصیب بھی تھے جن کی من کی مرادیں صرف دوران اجتماع ہی پوری ہوئیں۔ الحمد للہ!

مولانا محمد ولیہ الرشیدی استاد جامعہ مدنیہ قدیم لاہور (پائین حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم)

آج کے اس پر فتن دور میں ہر ایک پریشان ہے اور سکون کی تلاش میں سرگرداں ہے کوئی ایسا نہیں جو مطمئن ہو۔ امیر ہو یا غریب مرد ہو یا عورت ہر کوئی پریشان ہے کسی کو مفلسی تنگ کئے ہوئے تو کوئی جادو جنات کا مارا ہوا ہے کوئی بے اولاد کی روگ پالے ہوئے ہے تو کوئی اولاد ہوتے ہوئے ان کی اصلاح کی فکر میں ہے کسی کو جسمانی بیماریوں نے گھیرا ہوا ہے تو کوئی روحانی بیماریوں سے پریشان ہے ان ہی پریشان حال لوگوں کیلئے کچھ درد دل رکھنے والے لوگ اپنی کوشش اور جدوجہد کرتے رہتے ہیں تاکہ عوام الناس کی پریشانیوں میں نجات ہو سکے اور ان کی مشکلیں حل ہو سکیں ان ہی کوششوں کا ایک سلسلہ لاہور میں منعقد ہوا۔ عبقری کا روحانی اجتماع نومبر 2015 بروز جمعہ، ہفتہ، اتوار مورخہ 20، 21، 22 کو منعقد ہوا۔ ایڈیٹر عبقری شیخ الوطائف حضرت حکیم محمد طارق محمود چغتائی دامت برکاتہم اپنی دواؤں اور درس سے فیض پہنچا رہے ہیں لیکن اس دفعہ یہ نئی کاوش انتہائی سودمند ثابت ہوئی۔ موسم سرما کے باوجود لوگوں نے اس روح پرور اجتماع میں شرکت کی۔ توقع سے زیادہ لوگوں کی آمد ہوئی۔ یہاں تک کہ مزید خیمے لگائے گئے۔ پاکستان کے دور دراز علاقوں سے لوگ تشریف لائے۔ کوئی اپنی بکری بیچ کر حاضر ہوا تو کسی نے اپنا زور بیچا تو کوئی کسی سے ادھار لیکر پہنچا تو کچھ حضرات پیسے جمع کرتے ہوئے آئے تو وہیں امیر اپنی شاہانہ آسائش کو بالائے طاق رکھ کر شریک ہوئے۔ نہ ان کو ان کے مزاج کا کھانا ملا نہ آرام ملا۔ مگر جاتے ہوئے سب خوش تھے۔ ایک خاتون کے بیگ میں موجود ایک لپ اسٹک کی قیمت ایک لاکھ تھی وہ بھی عام لوگوں کے ساتھ شریک ہوئی۔ اسی لاکھوں کروڑوں کی گاڑیوں اور کوشیوں والے بھی شریک ہوئے اپنی غرض جو لے کر آیا تھا وہ دعائیں دیتا ہوا گیا۔ طعام و قیام کا معقول انتظام تھا۔ حضرت حکیم صاحب نے اپنے قیمتی اوقات میں سے وقت نکال کر نہایت محبت سے اس اجتماع کا اہتمام کیا۔ ان کے قیمتی دروس نے جہاں آنے والوں کو فائدہ پہنچایا وہاں جہاں جہاں سننے والے تھے ان کو بھی فائدہ پہنچا اور فیض یاب ہوئے۔ اجتماع میں شرکت کیلئے آئے خوش نصیبوں کو تسبیح خانہ میں نہایت خوبصورت خواب آئے جس میں انہیں

میں حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم نے پرسوز درس ذکر مراقبہ اور دعا کے بعد برکت والا دم کیا۔ بروز اتوار آخری دعائیں شرکت کیلئے لاہور اور گرد و نواح سے بھی کثیر تعداد میں شہریوں نے شرکت کی اور تسبیح خانہ دارالتوبہ اور تسبیح خانہ کی گلیوں میں تل دھرنے کی بھی جگہ نہ بچی۔ مزید حضرت حکیم صاحب نے بے اولادوں کیلئے خصوصی اسم اعظم کا دم کیا جس کا اعلان پہلے ہی کیا جا چکا تھا۔ اس دم کیلئے بہت سے لوگ گھروں سے اکٹالیں لوگ اور ایک سیب ہمارا لائے۔ بے اولادوں کیلئے حضرت حکیم صاحب نے ایک دوا بھی دی جو کہ نہایت ہی ارزاں قیمت ایک سو روپے میں دستیاب تھی۔ لوگوں نے ان تین دنوں میں اللہ سے خوب مانگا اور خوب پایا۔ آخری دن دعا کے بعد مہمانوں کیلئے ناشتے کا وسیع انتظام تھا اور اس دن لنگر کی خاص بات یہ تھی کہ حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم نے اپنے ہاتھوں سے تمام مہمانوں کو لنگر تقسیم کیا جس سے مہمانوں کی خوشی کا کوئی ٹھکانہ نہ تھا۔ ہر کسی کے چہرے پر خوشی تھی ہر کوئی مسرور تھا۔ اس اجتماع کی ایک اور خاص بات یہ بھی تھی کہ اس میں خواتین کا علیحدہ باقاعدہ انتظام تھا۔ مردوں کے ساتھ ساتھ عورتوں کی تربیت کا اہتمام بھی ہوا تو گھر والوں کو دوہرا فائدہ ہوتا ہے۔ عورتیں اور بچے کثیر تعداد میں شریک ہوئے۔ جہاں عورتوں کا انتظام تھا وہاں بے پناہ رش ہونے کے باوجود عورتوں نے نہایت نظم و ضبط اور برداشت کا مظاہرہ کیا۔ لاکھوں کے بیڈز پر سونے والی بہنوں نے سردیوں کی راتوں میں فرش پر پرسکون نیند سوتی رہیں۔ بعض بہنوں نے دوران اجتماع خط لکھ کر دفتر ماہنامہ عبقری میں جمع کروائے جس میں لکھا تھا کہ ان کی سالہا سال کی بیماریاں حیرت انگیز طور پر ختم ہو رہی ہیں اور دل کو عجب سکون مل رہا ہے۔ انہیں دوران دعا خوب رونا آرہا ہے۔ جو لوگ اس روحانی اجتماع میں شریک ہوئے حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کی صحت و تندرستی اور سلامتی کی دعائیں کرتا ہوا رخصت ہوا اور جو لوگ اس اجتماع میں شریک نہ ہو سکے دعا ہے کہ وہ اس اجتماع میں اگلی دفعہ ضرور شریک ہوں تاکہ اس فیض کے سمندر سے فیض یاب ہو سکیں۔ اجتماع گزرنے کے بعد اجتماع گزرنے کے بعد حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم نے وہ جہین اور ساتھی جنہوں نے دن رات کر کے اجتماع کے انتظامات کو سنبھالا اور تمام خدمات سرانجام دیں۔ حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم نے ان تمام حضرات کو بلایا ان حضرات کا نہایت اکرام کیا۔ شکر یہ اور ڈھیروں دعاؤں کے ساتھ نہایت خوبصورت جائے نماز اور تسبیح کا ہدیہ دیا۔ جسے پاکر ہر ”خدمت“ والا نہایت مسرور اور خوش تھا اور اپنی قسمت پر ناز کر رہا تھا۔

ماہنامہ عبقری جنوری 2016ء شمارہ نمبر 115

پانچویں کا علاج: اگر دواؤں سے ٹھن آتا ہو تو ایک عدد لمبوں کا اس ایک گلاس نیم گرم پانی اور شہد دو بڑے چمچ ملا کر روزانہ غرار سے کرنے سے یہ بیماری دور ہو جاتی ہے۔

گمشدہ چیز فرد اور سرمایہ پانے کا وظیفہ

اس کے رشتہ دار سب حیران کہ یہ کیا کیسے بٹنی اس لڑکی نے ایسا کیا جادو کیا کہ اس کالی جادوگرنی سے اپنے شوہر اور بچوں کو بچا لیا۔ وہ سب میری دوست سے آ کر پوچھتے ہیں کہ تم نے ایسا کیا پڑھا کہ اتنے مشکلات کے بخنور سے بڑے آرام سے نکل آئی۔

قارئین! ہر ماہ حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کا روحانی رازوں سے لبریز منفرد انداز پڑھیں۔ (ایڈیٹر کے قلم سے)

قارئین! آپ کے لکھے خطوط سے بلا مبالغہ لاکھوں قارئین کا بھلا ہوا ہے۔ جیسے جیسے اس وظیفے کے مشاہدات آپ لکھ رہے ہیں ویسے ویسے مزید مشاہدات آرہے ہیں۔ یقیناً اگر کوئی آپ کا مشاہدہ دیکھ کر خدا کی حمد و ثناء کرتا ہے اور اس کا کام بن جاتا ہے تو اس کے دل سے نکلی دعاؤں میں آپ بھی برابر کے حصہ دار ہیں۔ آئیے! مزید مشاہدات پڑھیں:

بے راہ روی کا شکار شوہر پلٹ آیا

محترم حضرت حکیم صاحب السلام علیکم! آج میں اپنی ایک دوست کا مشاہدہ لکھ رہی ہوں اس کے ساتھ مسئلہ یہ تھا کہ اس کا شوہر بہت ظالم تھا، ہر وقت مار کٹائی کرتا رہتا تھا اس کا زیورچ کر کھا گیا اس کے جینز میں ساتھ آئے جانور بھی چغ کر کھا گیا۔ اس کے شوہر کو ایک عورت نے کالے جادو کے ذریعے اپنے جال میں پھنسا لیا تھا اور ان کے آپس میں ناجائز تعلقات تھے۔ میری دوست بہت زیادہ پریشان تھی۔ ہر وقت کے لڑائی جھگڑوں سے تنگ آ کر میری دوست کے سر جو کہ رشتہ میں اس کے تیا لگتے تھے خود اپنی بھتیجی کو لے کر اپنے بھائی کے گھر آئے اور کہا کہ میرا بیٹا بے غیرت ہو گیا ہے میں اسے اس کے ظلم و ستم کا نشانہ بنائیں دیکھ سکتا آپ اسے فی الحال اپنے گھر میں ہی رکھیں۔

خیر! میری دوست چند دنوں بعد میرے پاس آئی اور اپنی ساری داستان غم مجھے سنائی۔ میں نے اسے تسلی دی اور ہر وقت پڑھنے کیلئے یازت مونی یازت کلینم پشچہ للہ اللہ المؤمنین الزچینچہ کا وظیفہ پڑھنے کو دیا اور عبقری کے کچھ سابقہ شماروں میں اس کے عمل کے واقعات بھی پڑھائے جس سے اس کو امید کی کرن نظر آئی اور اس نے وعدہ کیا کہ میں اب ہر وقت اچھے، پیٹھے، پاک ناپاک سبکی وظیفہ پڑھوں گی۔ اس وظیفہ کے پڑھنے کے تقریباً نو ماہ بعد اس کے شوہر سے کالا جادو ختم ہو گیا وہ خود کو کرمعانی مانگ کر لے گیا آگے عید الاضحیٰ تھی اس کے شوہر نے جانور بیچے جو کہ تقریباً آٹھ لاکھ کے بک گئے جس پر وہ خود بہت زیادہ حیران ہوا اور اس بچت میں سے میری دوست کو اس کے بیچے ہوئے

ذکر ہرگز نہ چھوڑنا انشاء اللہ وہ تمہارا کچھ نہیں بگاڑ سکے گی۔ اللہ کی مدد تمہارے ساتھ ہے تم پریشان نہ ہو خوش رہو اور دور جاری و ساری رکھو اللہ کی رحمت سے تمہارا شوہر تمہارے ساتھ ہے اب وہ اس کا کالا جادو انشاء اللہ کھی اٹھائیں کرے گا۔ اس کے رشتہ دار سب حیران کہ یہ کیا کیسے بٹنی اس لڑکی نے ایسا کیا جادو کیا کہ اس کالی جادوگرنی سے اپنے شوہر اور بچوں کو بچا لیا۔ وہ سب میری دوست سے آ کر پوچھتے ہیں کہ تم نے ایسا کیا پڑھا کہ اتنے مشکلات کے بخنور سے بڑے آرام سے نکل آئی! نقصان سے بے عزتی سے اور طلاق سے بچ گئی۔ تمہارا شوہر جو کہ تمہیں دیکھنا پسند نہیں کرتا تھا اب تمہارے بغیر ایک پل نہیں رہتا کام پر جانے کے بعد شام ہونے سے پہلے گھر آ جاتا ہے گھر آتی ہی سلام کے بعد سب سے پہلے تمہیں آواز دیکر بلاتا ہے۔ سب دوست احباب کو بھول گیا ہے۔ آخر تم نے کیا جادو کیا ہے؟ میری دوست تمام پوچھنے والیوں بہن بہنوں سب کو سبکی وظیفہ بتاتی ہے اور ساتھ عبقری کا رسالہ تمہارا دیتی ہے۔ اب تو اس کا شوہر بھی سارا دن سبکی وظیفہ پڑھتا ہے۔ (ف۔ج۔ت)

قارئین! میں آپ کے سینے کی امانت آپ تک پہنچا رہا ہوں آپ کو اس وظیفے سے جو فائدہ پہنچے ضرور امانت سمجھ کر مجھے لکھیں انتظار رہے گا۔ ایڈیٹر!

(بقیہ: درس سے فیض پانے والے)

میں آپ سورۃ فاتحہ کے فضائل بتا رہے تھے اور ساتھ آپ نے سورۃ فاتحہ و تحفہ بتایا۔ میں نے رات سونے سے پہلے بھی وظیفہ ظلموں دل سے کیا اور پھر سے کی اور پھر سوئے کی دعا کی اور میں سوئی۔ میں نے خواب میں دیکھا کہ ایک بزرگ مجھ سے کہہ رہے ہیں کہ تمہارے چہرے کو کیا ہو گیا ہے۔ پھر انہوں نے سفید رنگ کی کوئی چیز میرے چہرے پر لگا دی جب میں صبح نماز پڑھی اور انگلی کیلئے اچھی تو اللہ کے حکم سے میرا چہرہ صاف شفاف تھا انشاء اللہ بالکل صاف ہو گیا۔ میں بہت خوش ہوئی۔ درس کی مدد سے اللہ تعالیٰ نے میرے اوپر بہت کرم کیا۔ جو وظیفہ میں نے پڑھا وہ ہے: اول و آخر میں سورۃ مدثر شریف کے ساتھ ایک مرتبہ سورۃ فاتحہ اور میں سورۃ فاتحہ اس کا خلاص پڑھتی ہے۔ (آمنہ لطیف لاہور)

(بقیہ: مراقبہ سے فیض پانے والے)

میں خوب محفوظ ہوتا رہا۔ چند دنوں کے بعد میں ایک کتاب میں دو ذریعہ کے بارے میں پڑھا کہ انھوں نے اللہ سے دعا کی کہ اللہ مجھے دو ذریعہ کے مناظر دکھائے۔ اسی رات عشاء کی نماز کے بعد میں مراقبہ میں بیٹھا تو چند لمحوں کے بعد میں نے محسوس کیا کہ مجھے چند لوگ ایک طرف سے کر جا رہے ہیں وہ وہاں سے دھواں اٹھتا نظر آ رہا ہے میرے نہ جانے کے باوجود مجھے اس طرف سے لے جایا جا رہا ہے اور دور سے دھواں اٹھتا نظر آ رہا ہے میں سمجھتا ہوں کہ وہی دو ذریعہ ہے۔ مجھے دو ذریعہ کے باہر سے ہی ایک بڑے سکرین کے ذریعے سے اندر کے مناظر دکھائے جاتے ہیں۔ میں کوئی آگ کے اندر ہے سمجھتی تھی کہ کوئی اور باب کا پانی پایا جا رہا ہے فرض مختلف مناظر سکرین پر بدل رہے ہیں اور میں دل میں دل میں جتنا مانگ رہا ہے اللہ سے انتظار کر رہا ہوں کچھ بعد یہ حالات بدل جاتے ہیں۔ یہ مناظر دیکھ کر دل میں سبکی عیاں آئی کہ اللہ ایمان اور کھڑکی موت کا مناظر ہے اور موت کی کلیات سامان کر دے۔ اس کے بعد مجھے زمین کا وہ حصہ دکھایا گیا جہاں جنت کا زیورانہ ہے ان میں پہاڑ زیادہ ہیں۔ پاکستان کے شمالی علاقہ جات کے پہاڑ دکھائے گئے جہاں جنت بہت زیادہ ہیں۔ (پ۔ق)

Monthly "UBQARI" Lahore

خالص شہد کے متلاشی متوجہ ہوں!



"شہد" کے بارے میں کچھ کہنے سے پہلے ہم ابتدا فرمان الہی سے کرتے ہیں۔ فرمان الہی ہے **فِيهِ شِفَاؤُا لِّكُلِّ امْرُئٍ** اس میں لوگوں کیلئے شفاء ہی شفاء ہے۔ "شہد" کیسے صحت مندی اعضائے ریکہ ہے۔ دل دماغ اور معدہ و جگر کو منسوب کی تقویت بخش کر حرارت غزیری میں تحریک پیدا کرتا ہے۔ "شہد" مصفی خون ہونے کے علاوہ مولد خون بھی ہے۔ جگر میں ٹھنڈک پیدا کرنے کیلئے پانی میں شہد ملا کر استعمال کریں۔ نئی کریم ملنے پہلے نے فرمایا جو شخص ہر ماہ میں تین دن تک صبح کے وقت شہد چائے کا سے کوئی بڑی بلا بھی تکلیف نہیں دے گی۔ شہد با آسانی لیسڈ ارفٹم کا اختراع کرتا ہے۔ جسم کی روری رطوبت کو دور کرتا ہے۔ بلغمی امراض مثلاً فانی، لقوہ، استرخا میں بہت نافع ہے۔ ٹھک لاءوری اور پیاز کے رس کے ساتھ استعمال کرنے سے دمہ آنکھوں کی کھجلی اور سفید مویا کو فائدہ دیتا ہے۔ دماغ کی تقویت اور خمریوں سے نجات کیلئے غذا میں دودھ مکھن شہد استعمال کریں۔ اس کی افادیت کے سلسلے میں ہندی وید کا ایک واقعہ پڑھیے اور شہد کی اہمیت اور افادیت سے واقفیت حاصل کیجئے۔ کہتے ہیں کہ میں گزشتہ جنوری کی 16 تاریخ کو در پائے گنگا کے قریب واقع ایک اندھیرے کمرے میں داخل ہوا میری غذا دودھ مکھن اور شہد پر مشتمل تھی۔ دن بھر مجھے آرام کرتا پڑا اور صبح و شام میں غور و فکر میں مشغول رہتا میں فروری کی 28 تاریخ تک وہیں رہا جب میں وہاں سے واپس ہوا تو ایک مختلف قسم کا آدمی دکھائی دیتا تھا۔ میرے

چہرے پر جو جھریاں نکری کے چالے کی طرح چھائی ہوئی تھیں مکمل طور پر ختم ہو چکی تھیں۔ میرے سوزے پھر سے مضبوط ہو چکے تھے۔ میرے عزیز واقارب جو میرے بڑھاپے کی صورت سے آشنا تھے ان کیلئے اب میری پہچان مشکل ہو گئی تھی۔ کیونکہ میرا رنگ اور پ بدل چکا تھا۔ میں اپنی عمر سے تیس برس چھوٹا دکھائی دیتا تھا۔ شہد پانی میں ملا کر استعمال کرنے سے سینے کے فاسد مواد تھوک، بلغم کھانسی دور ہو جاتی ہے۔ سفید پیاز کا پانی شہد میں ملا کر استعمال کرنے سے تولیہ منی بڑھ جاتی ہے۔ شہد میں اسن تھیں کر چائے سے پھو کا زہر اتر جاتا ہے۔ گردے و مثانے کی پتھری کو توڑتا ہے۔ دانتوں کو صاف کر کے انہیں مضبوط بناتا ہے۔ آجودیدک میں شہد معدہ کو تقویت دیتا ہے۔ رنگت کو نکھارتا ہے حسن افزا ہے، جھوک کا تباہی دہل کے جلد امراض کیلئے نافع ہے آواز میں رس پیدا کرتا ہے علاوہ ازیں جزام، جربان، طین، کھانسی، خفقان، پیاس، نسا، خون، پانگل، پن، کھجلی، دمہ، سہلی کے در ذامراض چشم، قنصل کیلئے انتہائی مفید ہے۔ ٹھنڈے پانی کے ایک گلاس میں کھانے کے دو چمچ شہد ملا کر پینے سے اچھی نیند آتی ہے۔ شہد جسم کی نمی کو پورا کرتا ہے لہذا وہلا ہونے کیلئے بہت مفید نسخہ ہے۔ یہ بڑھاپے کو جلدی آنے سے روکتا ہے۔ گلاس میں لیکوں اور شہد ملا کر پینے سے پورے جسم کی صفائی کے ساتھ رگت کھرج جاتی ہے۔ روزانہ کھانے کے ساتھ تھوڑی مقدار میں شہد کھاتے رہنے سے نظام ہضم درست رہتا ہے اور حیرت انگیز کثرت میں رہتی ہے۔ بالوں کی مضبوطی اور قدرتی چمک کیلئے کھانے کے 4 چمچ شہد میں کھانے کے 2 چمچ خالص زیتون ملا کر خوب حل کر کے سر پر مساج کریں پھر کھولتے ہوئے پانی میں تولیہ بھگو کر سر پر رکھیں۔ پھر سر کو دھو لیں۔



330 گرام قیمت: 200 روپے
ایک کلو پیکنگ
600 روپے علاوہ ڈاک خرچ

جنت کے پائے کو حاصل کیجئے بھتری خود بڑھ میں احباب کو جنت کے ساتھ متوجہ کریں۔ ہر ماہ حب توین بھتری پیچیدہ میں بے شمار لوگوں کے تجربات کہ انہوں کے بھتری تقسیم کیجئے کھربط شکلات ایسٹل ہوں کہ وہ جو میرا نہ مجھے آپ بھی تقسیم کریں اور رسالہ مل کر دیاں۔

بستر پیشا شفاء
بار بار پیشا شہد کا آنا ہستر پر پیشا شہد کا نکل جانا کسی مکمل میں سب کے درمیان زور سے ہٹنے ہوئے پیشا شہد کا نکل جانا کھیلنے ہوئے دوڑتے ہوئے خوف سے ڈون اٹھاتے ہوئے پیشا شہد کا نکل جانا۔ یہ ایک ایسی بیماری ہے جو انسان کو ایک پل میں سب کے سامنے شرمندہ کر دیتی ہے۔ اس بیماری میں بچے بڑے پورے تمام مبتلا ہو جاتے ہیں۔ پیشا شہد کا نکل جانا ایک ایسی بیماری ہے جس کو تھاتے ہوئے ہر کوئی چھپا چھپا اور پریشان ہو جاتا ہے۔ خاص کر ان ماؤں کی پریشانی میں بے حد اضافہ ہو جاتا ہے جن کے بچے ہستر پر بار بار پیشا شہد کر دیتے ہیں۔ بعض نوجوانوں اور بعض بوڑھوں کو بھی ایسی بیماری ہوتی ہے۔ بھتری دوا خانہ کے مدیر سترنے سالہا سال کی انتھک محنت کے بعد ایک دوائی تیار کی ہے جو بچوں بڑوں اور بوڑھوں کیلئے ہستر پر پیشا شہد کرنے والی بیماری کیلئے شفاء کا خزانہ ہے اور یہ اس شرمندہ کرنے والی بیماری کا آخری علاج ہے۔ بعض لوگ صرف اس بیماری کی وجہ سے ڈپریشن میں بھی پٹے جاتے ہیں۔ بعض بچے صرف اس بیماری کی وجہ سے سکول بھی نہیں جاسکتے۔ جب ان علامات میں مبتلا افراد نے "ہستر پیشا شہد" کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کی تو انہیں حیران کن طور پر شفاء ملی۔ ماؤں کو سکون ملا بچوں کو سکول ملا تو جوان اور بوڑھوں نے کچھ کا سامن لیا۔ قیمت صرف 120 روپے علاوہ ڈاک خرچ

ملتے ملتے ناموں سے دھوکہ مت کھائیں: حضرت حکیم صاحب دامت برکاتہم کالاءور کے علاوہ کسی شہر میں کھینک نہیں ہوتا۔ بھتری انجمنی سے صرف بھتری ہی کی ادویات میں اور دوسری ہرگز نہیں۔ حضرت لاکھی شہر میں مشورہ کیلئے کوئی نمائندہ نہیں۔ بیرون شہر دکن اور گلنگ کا اعلان رسالہ میں ہوتا ہے۔ حضرت کا فیس بک ٹیوٹر پر ذاتی اکاؤنٹ موجود نہیں۔ رابطہ کیلئے بھتری کے سہ پتہ پرڈ یا فون کریں۔ 042-37425801-3

حضرت حکیم صاحب کی آمد جلال پور پیر (لاہور) فیصل آباد (سرفہرست) تفصیلاً شامل کی جکت

بھتری لاکھی شہر بھوری شفاء ہے۔ موصوفی اور ملاوٹ نہ کیجئے۔

کمزور ماضی نسیان ذہن مرکوز نہ کر سکتا بھتری کمزوری جسمانی تھکاوٹ نیتا واداسی بے قیمتی خاموشی غصہ کے اثرات ان تمام امراض میں روشن شفاغ بہترین نعمت الہی ہے۔